



Gobierno Vasco

Septiembre 2025

Menú No pescado

Tamar

RESTAURACIÓN & CATERING

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

8 Kcal 817 Glú 77 Líp 39 Pro 43

1° Ensalada mixta (sin bonito)*

2° Guisado de ternera a la jardinera*

Postre Fruta Pan

9 Kcal 868 Glú 166 Líp 14 Pro 32

1° **Arroz con verduras***

2° **Lentejas con verduras***

Postre Fruta Pan integral

10 Kcal 786 Glú 86 Líp 31 Pro 43

1° Porrusalda*

2° Huevos con tomate*

Postre Yogur Pan

11 Kcal 749 Glú 104 Líp 17 Pro 42

1° Garbanzos con arroz*

2° Pechuga de pollo empanada con ensalada tres estaciones*

Postre Fruta Pan

12 Kcal 788 Glú 91 Líp 17 Pro 42

1° Guisantes con jamón*

2° Tortilla de patata y calabacín con ensalada*

Postre Fruta Pan

15 Kcal 793 Glú 100 Líp 38 Pro 19

1° Crema de calabacín *

2° Pechuga de pollo a la plancha ensalada de maíz*

Postre Fruta Pan

16 Kcal 766 Glú 85 Líp 15 Pro 67

1° Alubias rojas con zanahoria*

2° Lomo fresco de cerdo con pimientos*

Postre Fruta Pan integral

17 Kcal 883 Glú 122 Líp 33 Pro 31

1° Macarrones a la boloñesa*

2° Tortilla de patata con ensalada tres estaciones*

Postre Fruta Pan

18 Kcal 808 Glú 65 Líp 45 Pro 39

1° Ensalada campera*

2° Escalope de ternera con champiñones*

Postre Yogur Pan

19 Kcal 849 Glú 97 Líp 27 Pro 48

1° Garbanzos con calabaza*

2° Arroz con tomate*

Postre Fruta Pan

22 Kcal 765 Glú 81 Líp 34 Pro 38

1° Vainas con patatas*

2° Hamburguesas de ternera con ensalada tres estaciones*

Postre Fruta Pan

23 Kcal 527 Glú 73 Líp 17 Pro 25

1° Sopa de fideos y huevo *

2° Lomo adobado con vegetales*

Postre Fruta Pan integral

24 Kcal 839 Glú 138 Líp 16 Pro 45

1° Arroz con verduras*

2° Guisado de pavo con champiñones*

Postre Yogur Pan

25 Kcal 873 Glú 110 Líp 34 Pro 40

1° Lentejas con zanahoria*

2° Tortilla de patata y jamón york con lechuga*

Postre Fruta Pan

26 Kcal 680 Glú 97 Líp 19 Pro 34

1° Patatas en salsa verde*

2° Ternera asada con verduras*

Postre Fruta Pan

29 Kcal 744 Glú 95 Líp 21 Pro 41

1° Espaguetis con tomate y verduras*

2° Tortilla francesa con ensalada*

Postre Yogur Pan

30 Kcal 892 Glú 88 Líp 28 Pro 57

1° Garbanzos con berza*

2° Muslo de pollo asado con ensalada tres estaciones*

Postre Fruta Pan integral



902 103 478

Atención al cliente



www.tamar.es





Eusko Jaurlaritza

2025 ko Iraila

Arrainik gabeko menua

Tamar

RESTAURACIÓN & CATERING

Astelehena

Asteartea

Asteazkena

Osteguna

Ostirala

8 Kcal 817 Glú 77 Líp 39 Pro 43

1° Entsalada mixtoa (arrain gabe)*

2° Txahal gisatua barazkiekin

Postrea Fruta Ogia

15 Kcal 793 Glú 100 Líp 38 Pro 19

1° Kuitxo krema

2° Oilasko bularki birrneztatua baratzeko barazkiekin*

Postrea Fruta Ogia

22 Kcal 765 Glú 81 Líp 34 Pro 38

1° Lekak patatekin

2° Txahal hanburgesak hiru urtaro entsaladarekin

Postrea Fruta Ogia

29 Kcal 744 Glú 95 Líp 21 Pro 41

1° Espagetiak tomate eta barazkiekin

2° Indioilar txuleta barazkiekin*

Postrea Jogurta Ogia

9 Kcal 868 Glú 166 Líp 14 Pro 32

1° **Arroza barazkiekin**

2° **Dilistak barazkiekin**

Postrea Fruta Ogi integrala

16 Kcal 766 Glú 85 Líp 15 Pro 67

1° Indaba gorriak azenarioarekin

2° Txerri solomo freskoa piperrekin*

Postrea Fruta Ogi integrala

23 Kcal 527 Glú 73 Líp 17 Pro 25

1° Fideo eta arrautz zopa

2° Txerri solomo adobatua begetal salteatuekin*

Postrea Fruta Ogi integrala

30 Kcal 892 Glú 88 Líp 28 Pro 57

1° Garbantzua azarekin

2° Oilasko izter errea hiru urtaro entsaladarekin

Postrea Fruta Ogi integrala

10 Kcal 786 Glú 86 Líp 31 Pro 43

1° Porrusaltsa

2° Arrautzak tomatearekin *

Postrea Jogurta Ogia

17 Kcal 883 Glú 122 Líp 33 Pro 31

1° Makarroiak Boloinesar erara

2° Patata tortila hiru urtaro entsaladarekin

Postrea Fruta Ogia

24 Kcal 839 Glú 138 Líp 16 Pro 45

1° Paela

2° Indioilar gisatua barrengorriekin

Postrea Jogurta Ogia

11 Kcal 749 Glú 104 Líp 17 Pro 42

1° Garbantzua arrezarekin

2° Oilasko bularki birrineztatua hiru urtaro entsaladarekin

Postrea Fruta Ogia

18 Kcal 808 Glú 65 Líp 45 Pro 39

1° Entsalada Kanpera

2° Txahal eskalopea barrengorriekin

Postrea Jogurta Ogia

25 Kcal 873 Glú 110 Líp 34 Pro 40

1° Dilistak azenarioarekin

2° Patata eta york urdaiazpikoa tortila uhazarekin

Postrea Fruta Ogia

12 Kcal 788 Glú 91 Líp 17 Pro 42

1° Ilarrak urdaiazpikoarekin

2° Patata eta kuitxo tortila ensaladarekin

Postrea Fruta Ogia

19 Kcal 849 Glú 97 Líp 27 Pro 48

1° Garbantzua kuiarekin

2° Arroza tomatearekin*

Postrea Fruta Ogia

26 Kcal 680 Glú 97 Líp 19 Pro 34

1° Patatak saltsa berdean

2° Txahal errea birazkiekin*

Postrea Fruta Ogia



902 103 478

Atención al cliente



www.tamar.es

