



ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
		1 Kcal 920 HC 94 Lip 44 Prot 39	2 Kcal 791 HC 106 Lip 23 Prot 44	3 Kcal 672 HC 92 Lip 25 Prot 23
		Indaba zuriak bertako barazkiekin Hegazti saltxitxa freskoak egosiak tomate saltsan Fruta sasoikoa Alubias blancas con verduras locales Salchichas frescas de ave cocidas con salsa de tomate Fruta de temporada	Makarroiak bolognesa Txahal-xerra ogi birrineztatua azenario eta txanpinoiekin Fruta sasoikoa Macarrones bolognesa Filete de ternera empanado con zanahoria y champiñon Fruta de temporada	Porru- eta ziazerba-krema ogi integral txigortuekin Patata tortila labean entsaladarekin Edateko jogurta Crema de puerros y espinacas con picatostes integrales Tortilla de patata al horno con ensalada Yogur bebible
		Zopa - Arraina - Yogurra Sopa - Pescado - Yogur	Krema - Arraultz - Yogurra Crema - Huevo - Yogur	Patata - Arraina - Fruta Patata - Pescado - Fruta
6 Kcal 706 HC 92 Lip 18 Prot 46	7 Kcal 717 HC 81 Lip 31 Prot 31	8 Kcal 662 HC 82 Lip 18 Prot 46	9 Kcal 922 HC 127 Lip 36 Prot 28	10 Kcal 667 HC 78 Lip 23 Prot 40
Dilistak bertako barazkiekin Legatza saltsa berdean Fruta sasoikoa Lentejas con verduras locales Merluza en salsa verde Fruta de temporada	Hegazti-zopa fideoekin Patata eta txorizo tortila labean entsaladarekin Fruta sasoikoa Sopa de ave con fideos Tortilla de patata y chorizo al horno con ensalada Fruta de temporada	Patatak errioxar erara Indioilar gisatua barazki saltsan Fruta sasoikoa Patatas a la riojana Pavo guisado en salsa de verduras Fruta de temporada	Arroza tomatearekin Hamburgesa piper gorriekin Fruta sasoikoa Arroz con tomate Hamburguesa con pimientos rojos Fruta de temporada	Bertoko barazki crema ogi integral txigortuekin Bakailaoa arrautzatzatua entsaladarekin Jogurta Crema de verduras locales con picatostes integrales Bacalao a la romana con ensalada Yogur
Arroza - Arraultz - Yogurra Arroz - Huevo - Yogur	Entsalada - Haragi - Yogurra Ensalada - Carne - Yogur	Barazki - Arraultz - Yogurra Verdura - Huevo - Yogur	Krema - Arraina - Yogurra Crema - Pescado - Yogur	Pasta - Arraultz - Fruta Pasta - Huevo - Fruta
13 Kcal 890 HC 65 Lip 44 Prot 55	14 Kcal 681 HC 77 Lip 27 Prot 33	15 Kcal 771 HC 102 Lip 28 Prot 31	16 Kcal 843 HC 113 Lip 25 Prot 47	17 Kcal 692 HC 88 Lip 19 Prot 44
Lekak patatekin Oilasko-izterra errea entsaladarekin Fruta sasoikoa Vainas con patatas Muslo de pollo asado con ensalada Fruta de temporada	Porrusalda Oilasko-hegal erreak jardineran Fruta sasoikoa Purrusalda Alitas de pollo asadas a la jardinera Fruta de temporada	Garbantzuak bertako barazkiekin Patata tortila labean entsaladarekin Gazta txikia "la vaca que rie" eta irasagarra Garbanzos con verduras locales Tortilla de patata al horno con ensalada Quesito la vaca que rie con membrillo	Makarroiak italiar erara Solomo freskoa patata frijituekin Fruta sasoikoa Macarrones italiana Lomo fresco con patatas fritas Fruta de temporada	Dilistak bertako barazkiekin Legatza arrautzatzatua entsaladarekin Fruta sasoikoa Lentejas con verduras locales Merluza a la romana con ensalada Fruta de temporada
Arroza - Arraultz - Yogurra Arroz - Huevo - Yogur	Entsalada - Arraina - Yogurra Ensalada - Pescado - Yogur	Barazki - Haragi - Fruta Verdura - Carne - Fruta	Krema - Hegazti - Esnekia Crema - Ave - Lácteo	Barazki - Hegazti - Yogurra Verdura - Ave - Yogur
20 Kcal 628 HC 69 Lip 17 Prot 42	21 Kcal 857 HC 123 Lip 25 Prot 42	22 Kcal 677 HC 88 Lip 31 Prot 15	23 Kcal 900 HC 111 Lip 24 Prot 35	24 Kcal 759 HC 109 Lip 24 Prot 32
Barazki-menestra Indioilar gisatua txanpinoiekin Aihoria Menestra de verduras Pavo guisado con champiñones Natillas	Haragi-paella Solomo ontzutua patata frijituekin Fruta sasoikoa Paella de carne Lomo adobado con patatas fritas Fruta de temporada	Bertako barazki-krema San jakoboa entsaladarekin Fruta sasoikoa Crema de verduras locales San jacob con ensalada Fruta de temporada	Makarroiak italiar erara Hegaluze-medailoia errioxako erara Fruta sasoikoa Macarrones italiana Medallon de bonito a la riojana Fruta de temporada	Indaba zuriak bertako barazkiekin Patata tortila labean entsaladarekin Fruta sasoikoa Alubias blancas con verduras locales Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta de temporada
Zopa - Arraina - Fruta Sopa - Pescado - Fruta	Barazki - Arraultz - Esnekia Verdura - Huevo - Lácteo	Arroza - Arraina - Fruta Arroz - Pescado - Fruta	Barazki - Haragi - Yogurra Verdura - Carne - Yogur	Krema - Arraina - Yogurra Crema - Pescado - Yogur
27 Kcal 761 HC 93 Lip 16 Prot 61	28 Kcal 851 HC 126 Lip 30 Prot 25	29 Kcal 665 HC 81 Lip 23 Prot 35	30 Kcal 841 HC 108 Lip 30 Prot 39	31 Kcal 690 HC 94 Lip 17 Prot 45
Dilistak bertako barazkiekin Oilasko-bularkia arrautzatzatua piper gorriekin Fruta sasoikoa Lentejas con verduras locales Pechuga de pollo a la romana con pimientos rojos Fruta de temporada	Makarroiak tomatearekin Urdaiazpiko kroketak entsaladarekin Fruta sasoikoa Macarrones con tomate Croquetas de jamon con ensalada Fruta de temporada	Porru- eta ziazerba-krema ogi integral txigortuekin Legatza saltsa berdean Jogurta Crema de puerros y espinacas con picatostes integrales Merluza en salsa verde Yogur	Babarrun gorrien lapikokoa Patata eta hegalabur tortila labean entsaladarekin Fruta sasoikoa Cocido de alubias rojas Tortilla de patata y atun al horno con ensalada Fruta de temporada	Patata gisatuak Meniere bakailaoa Fruta sasoikoa Patatas guisadas Bacalao meniere Fruta de temporada
Krema - Arraina - Yogurra Crema - Pescado - Yogur	Barazki - Arraultz - Esnekia Verdura - Huevo - Lácteo	Pasta - Haragi - Fruta Pasta - Carne - Fruta	Barazki - Arraina - Yogurra Verdura - Pescado - Yogur	Krema - Hegazti - Yogurra Crema - Ave - Yogur