



ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
		1 Kcal 681 HC 94 Lip 17 Prot 43	2 Kcal 800 HC 100 Lip 34 Prot 28	3 Kcal 745 HC 121 Lip 17 Prot 34
		Indaba zuriak bertako barazkiekin Indioilar bularkia lekekin Fruta sasoiakoa Alubias blancas con verduras locales Pechuga de pavo con judias verdes Fruta de temporada	Marmitakoa San jakoboa entsaladarekin Fruta sasoiakoa Marmitako San jacob con ensalada Fruta de temporada	Barazki-paella Legatza arrautzaztatua piper gorriekin Fruta sasoiakoa Paella vegetal Merluza a la romana con pimientos rojos Fruta de temporada
		Zopa - Arraultz - Yogurra Sopa - Huevo - Yogur	Barazki - Arraina - Yogurra Verdura - Pescado - Yogur	Krema - Hegazti - Esnekia Crema - Ave - Lácteo
6 Kcal 706 HC 100 Lip 20 Prot 34	7 Kcal 924 HC 136 Lip 32 Prot 33	8 Kcal 739 HC 91 Lip 26 Prot 38	9 Kcal 882 HC 61 Lip 45 Prot 55	10 Kcal 765 HC 116 Lip 19 Prot 38
Dilistak bertako barazkiekin Patata tortila labeen entsaladarekin Fruta sasoiakoa Lentejas con verduras locales Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta de temporada	Bolognesa barraskiloak Hegaluze-enpanadillak entsaladarekin Fruta sasoiakoa Caracolillos bolognesa Empanadillas de bonito con ensalada Fruta de temporada	Patatak errioxar erara Legatza saltsa berdean Fruta sasoiakoa Patatas a la riojana Merluza en salsa verde Fruta de temporada	Lekak patatekin Olasko-urdaiazpikoak labeen kalabazin eta azenarioarekin Gazta txikia "la vaca que rie" eta irasagarra Vainas con patatas Jamoncitos al horno con calabacin y zanahoria Quesito la vaca que rie con membrillo	Barazki-paella Bakailaoa arrautzaztatua entsaladarekin Fruta sasoiakoa Paella vegetal Bacalao a la romana con ensalada Fruta de temporada
Zopa - Arraina - Yogurra Sopa - Pescado - Yogur	Barazki - Arraina - Esnekia Verdura - Pescado - Lácteo	Krema - Arraultz - Yogurra Crema - Huevo - Yogur	Arroza - Arraultz - Fruta Arroz - Huevo - Fruta	Barazki - Hegazti - Yogurra Verdura - Ave - Yogur
13 Kcal 813 HC 117 Lip 27 Prot 30	14 Kcal 666 HC 97 Lip 18 Prot 32	15 Kcal 732 HC 88 Lip 20 Prot 53	16 Kcal 860 HC 67 Lip 44 Prot 52	17 Kcal 809 HC 94 Lip 18 Prot 40
Makarroi integralak tomatekin Patata eta txorizo tortila labeen entsaladarekin Fruta sasoiakoa Macarrones integrales con tomate Tortilla de patata y chorizo al horno con ensalada Fruta de temporada	Porrusalda Legatza meniere erara Aihoria Purrusalda Merluza meniere Natillas	Garbantzuak bertako barazkiekin Solomo freskoa jardinerara erara Fruta sasoiakoa Garbanzos con verduras locales Lomo fresco a la jardinera Fruta de temporada	Bertako barazki-krema Oilasko-izterra errea entsaladarekin Fruta sasoiakoa Crema de verduras locales Muslo de pollo asado con ensalada Fruta de temporada	Dilistak bertako barazkiekin Hegaluze-medailoia errioxako erara Fruta sasoiakoa Lentejas con verduras locales Medallon de bonito a la riojana Fruta de temporada
Barazki - Arraina - Esnekia Verdura - Pescado - Lácteo	Barazki - Haragi - Fruta Verdura - Carne - Fruta	Krema - Arraultz - Yogurra Crema - Huevo - Yogur	Pasta - Arraina - Yogurra Pasta - Pescado - Yogur	Arroza - Hegazti - Yogurra Arroz - Ave - Yogur
20 Kcal 778 HC 130 Lip 28 Prot 27	21 Kcal 702 HC 78 Lip 25 Prot 45	22 Kcal 862 HC 86 Lip 46 Prot 28	23 Kcal 677 HC 80 Lip 26 Prot 24	24 Kcal 781 HC 97 Lip 26 Prot 44
Haragi-paella Oilasko-hegal erreke entsaladarekin Fruta sasoiakoa Paella de carne Alitas de pollo asadas con ensalada Fruta de temporada	Porrusalda krema Txahal-gisatua barazki-saltsan Jogurta Crema de purrusalda Guisado de ternera en salsa de verduras Yogur	Patata gisatuak Albondigak txanpinoiekin Fruta sasoiakoa Patatas guisadas Albondigas con champiñones Fruta de temporada	Barazki-menestra Patata eta hegalabur tortila labeen entsaladarekin Fruta sasoiakoa Menestra de verduras Tortilla de patata y atun al horno con ensalada Fruta de temporada	Indaba zuriak bertako barazkiekin Legatza arrautzaztatua maionesarekin Fruta sasoiakoa Alubias blancas con verduras locales Merluza a la romana con mahonesa Fruta de temporada
Barazki - Haragi - Yogurra Verdura - Carne - Yogur	Pasta - Arraina - Fruta Pasta - Pescado - Fruta	Barazki - Hegazti - Yogurra Verdura - Ave - Yogur	Arroza - Arraina - Esnekia Arroz - Pescado - Lácteo	Zopa - Arraultz - Yogurra Sopa - Huevo - Yogur
27 Kcal 673 HC 89 Lip 11 Prot 55	28 Kcal 810 HC 71 Lip 44 Prot 32	29 Kcal 705 HC 83 Lip 27 Prot 37	30 Kcal 793 HC 101 Lip 20 Prot 57	31 Kcal 749 HC 117 Lip 22 Prot 25
Dilistak bertako barazkiekin Indioilar gisatua piper eta lekekin Fruta sasoiakoa Lentejas con verduras locales Pavo guisado con pimientos y vainas Fruta de temporada	Hegazti-zopa fideoekin Hamburgesa entsaladarekin Fruta sasoiakoa Sopa de ave con fideos Hamburguesa con ensalada Fruta de temporada	Porru- eta ziazerba-krema ogi integral txigortuekin Saxoniako solomoa patata frijituekin Edateko jogurta Crema de puerros y espinacas con picatostes integrales Lomo de sajonia con patatas fritas Yogur bebibile	Babarrun gorrien lapikokoa Bakailaoa marinela saltsan Fruta sasoiakoa Cocido de alubias rojas Bacalao en salsa marinera Fruta de temporada	Makarroiak tomatearekin Patata tortila labeen entsaladarekin Fruta sasoiakoa Macarrones con tomate Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta de temporada
Barazki - Arraina - Esnekia Verdura - Pescado - Lácteo	Krema - Arraultz - Yogurra Crema - Huevo - Yogur	Pasta - Arraina - Fruta Pasta - Pescado - Fruta	Barazki - Haragi - Yogurra Verdura - Carne - Yogur	Krema - Hegazti - Yogurra Crema - Ave - Yogur