



ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
		1 Kcal 906 HC 109 Lip 32 Prot 39	2 Kcal 723 HC 89 Lip 24 Prot 38	3 Kcal 763 HC 98 Lip 22 Prot 42
		Makarroiak bolognesa Txahal-xerra plantxan azenario eta txanpinoiekin Fruta sasoikoa Macarrones bolognesa Filete de ternera a la plancha con zanahoria y champiñon Fruta de temporada	Porru- eta ziazerba-krema ogi txigortuekin Indioilar gisatua entsaladarekin Fruta sasoikoa Crema de puerros y espinacas con picatostes Pavo guisado con ensalada Fruta de temporada	Dilistak bertako barazkiekin Oilasko-hegalak patatekin Fruta sasoikoa Lentejas con verduras locales Alitas de pollo con patatas Fruta de temporada
6 Kcal 653 HC 81 Lip 26 Prot 26	7 Kcal 691 HC 84 Lip 22 Prot 42	8 Kcal 922 HC 127 Lip 36 Prot 28	9 Kcal 662 HC 71 Lip 23 Prot 43	10 Kcal 867 HC 88 Lip 28 Prot 70
Hegazti-zopa fideoekin Patata tortila labean entsaladarekin Fruta sasoikoa Sopa de ave con fideos Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta de temporada	Patatak errioxar erara Solomoa labean entsaladarekin Fruta sasoikoa Patatas a la riojana Lomo fresco al horno con ensalada Fruta de temporada	Arroza tomatearekin Hamburguesa piper gorriekin Fruta sasoikoa Arroz con tomate Hamburguesa con pimientos rojos Fruta de temporada	Barazki-krema Txahal-gisatua barazki-saltsan Gazta txikia "la vaca que rie" eta irasagarra Crema de verduras Guisado de ternera en salsa de verduras Quesito la vaca que rie con membrillo	Babarrun zuri erregosiak Oilasko-izterra entsaladarekin Fruta sasoikoa Alubias blancas estofadas Muslo de pollo con ensalada Fruta de temporada
13 Kcal 659 HC 80 Lip 23 Prot 37	14 Kcal 585 HC 91 Lip 15 Prot 24	15 Kcal 889 HC 113 Lip 32 Prot 41	16 Kcal 708 HC 88 Lip 14 Prot 57	17 Kcal 631 HC 63 Lip 20 Prot 43
Porrusalda Txahal-xerra plantxan entsaladarekin Fruta sasoikoa Purrusalda Filete de ternera a la plancha con ensalada Fruta de temporada	Garbantzuak bertako barazkiekin Patata tortila labean Aihoria Garbanzos con verduras locales Tortilla de patata al horno Natillas	Makarroiak italiar erara Txerri-giarra patatekin Fruta sasoikoa Macarrones italiana Guiarra de cerdo con patatas Fruta de temporada	Dilistak bertako barazkiekin Indioilar bularkia entsaladarekin Fruta sasoikoa Lentejas con verduras locales Pechuga de pavo con ensalada Fruta de temporada	Barazki-menestra Oilasko-izterra txanpinoiekin Fruta sasoikoa Menestra de verduras Muslo de pollo con champiñones Fruta de temporada
20 Kcal 823 HC 117 Lip 24 Prot 41	21 Kcal 857 HC 84 Lip 34 Prot 54	22 Kcal 759 HC 106 Lip 17 Prot 49	23 Kcal 823 HC 109 Lip 29 Prot 37	24 Kcal 565 HC 62 Lip 16 Prot 44
Haragi-paella Solomo ontzutua entsaladarekin Fruta sasoikoa Paella de carne Lomo adobado con ensalada Fruta de temporada	Bertako barazki-krema Oilasko-izterra patatekin Jogurta Crema de verduras locales Muslo de pollo con patatas Yogur	Makarroiak italiar erara Indioilar gisatua piper gorriekin Fruta sasoikoa Macarrones italiana Pavo guisado con pimientos rojos Fruta de temporada	Indaba zuriak bertako barazkiekin Patata eta txorizo tortila labean entsaladarekin Fruta sasoikoa Alubias blancas con verduras locales Tortilla de patata y chorizo al horno con ensalada Fruta de temporada	Hegazti-zopa fideoekin Oilasko-bularkia piper gorriekin Fruta sasoikoa Sopa de ave con fideos Pechuga de pollo con pimientos rojos Fruta de temporada
27 Kcal 842 HC 108 Lip 30 Prot 40	28 Kcal 669 HC 77 Lip 28 Prot 26	29 Kcal 900 HC 111 Lip 34 Prot 43	30 Kcal 625 HC 78 Lip 17 Prot 42	31 Kcal 164 HC 36 Lip 0 Prot 5
Makarroiak tomatearekin Txahal-hamburgesa 100% jardinera erara Fruta sasoikoa Macarrones con tomate Hamburguesa 100% ternera a la jardinera Fruta de temporada	Porru- eta ziazerba-krema Oilasko-hegalak entsaladarekin Fruta sasoikoa Crema de puerros y espinacas Alitas de pollo con ensalada Fruta de temporada	Babarrun gorrien lapikokoa Patata tortila labean Edateko jogurta Cocido de alubias rojas Tortilla de patata al horno Yogur bebible	Patata gisatuak Indioilar gisatua barazki saltsan Fruta sasoikoa Patatas guisadas Pavo guisado en salsa de verduras Fruta de temporada	Fruta sasoikoa Fruta de temporada

