



ASTELEHENA / LUNES					ASTEARTEA / MARTES				ASTEAZKENA / MIERCOLES				OSTEGUNA / JUEVES				OSTIRALA / VIERNES			
									1				2 Kcal 810 HC 87 Lip 21 Prot 69				3 Kcal 689 HC 82 Lip 32 Prot 20			
									JAIA				Dilistak bertako barazkiekin Oilasko-izterra patatekin Sasoiko fruta				Porrusalda krema Patata eta txorizo tortila labean entsaladarekin			
									FIESTA				Lentejas con verduras locales Muslo de pollo con patatas Fruta de temporada				Sasoiko fruta Crema de purrusalda Tortilla de patata y chorizo al horno con ensalada Fruta de temporada			
6 Kcal 878 HC 113 Lip 35 Prot 32					7 Kcal 670 HC 75 Lip 23 Prot 43				8 Kcal 827 HC 81 Lip 30 Prot 61				9 Kcal 738 HC 95 Lip 17 Prot 52				10 Kcal 695 HC 79 Lip 32 Prot 22			
Makarroiak tomatearekin Hamburgesa jardinera erara Sasoiko fruta					Barazki-krema Txahal-gisatua barazki-saltsan Sasoiko fruta				Patatak errioxar erara Oilasko-izterra entsaladarekin Sasoiko fruta				Dilistak bertako barazkiekin Solomoa labean patatekin Aihoria				Barazki-menestra Patata tortila labean entsaladarekin			
Macarrones con tomate Hamburguesa a la jardinera Fruta de temporada					Crema de verduras Guisado de ternera en salsa de verduras Fruta de temporada				Patatas a la riojana Muslo de pollo con ensalada Fruta de temporada				Lentejas con verduras locales Lomo fresco al horno con patatas Natillas				Sasoiko fruta Menestra de verduras Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta de temporada			
13 Kcal 786 HC 76 Lip 24 Prot 71					14 Kcal 703 HC 78 Lip 33 Prot 25				15 Kcal 657 HC 74 Lip 25 Prot 36				16 Kcal 556 HC 88 Lip 13 Prot 25				17 Kcal 878 HC 128 Lip 28 Prot 34			
Dilistak bertako barazkiekin Oilasko-izterra patatekin Gazta txikia "la vaca que rie"					Hegazti-zopa fideoekin Patata tortila labean entsaladarekin				Bertako kalabaza-krema Txahal-xerra entsaladarekin Sasoiko fruta				Garbantzu erregosiak Indioilar bularkia labean patatekin				Arroza tomatearekin Txerri-giarra patatekin			
Lentejas con verduras locales Muslo de pollo con patatas Quesitos la vaca que rie					Sasoiko fruta Sopa de ave con fideos Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta de temporada				Crema de calabaza local Filete de ternera con ensalada Fruta de temporada				Sasoiko fruta Garbanzos estofados Pechuga de pavo al horno con patatas Fruta de temporada				Sasoiko fruta Arroz con tomate Guiarra de cerdo con patatas Fruta de temporada			
20 Kcal 670 HC 85 Lip 17 Prot 46					21 Kcal 810 HC 105 Lip 31 Prot 31				22 Kcal 737 HC 70 Lip 27 Prot 57				23 Kcal 762 HC 106 Lip 18 Prot 48				24 Kcal 816 HC 114 Lip 25 Prot 38			
Patata gisatuak Oilasko-bularkia azenario eta txanpinoiekin Sasoiko fruta					Indaba zuriak bertako barazkiekin Patata tortila labean entsaladarekin				Porru- eta ziazerba-krema Oilasko-izterra entsaladarekin Edateko jogurta				Makarroiak bolognesa Indioilar gisatua piper gorriekin Sasoiko fruta				Haragi-paella Txahal-xerra patatekin			
Patatas guisadas Pechuga de pollo con zanahoria y champiñon Fruta de temporada					Sasoiko fruta Alubias blancas con verduras locales Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta de temporada				Crema de puerros y espinacas Muslo de pollo con ensalada Yogur bebible				Macarrones bolognesa Pavo guisado con pimientos rojos Fruta de temporada				Sasoiko fruta Paella de carne Filete de ternera con patatas Fruta de temporada			
27 Kcal 673 HC 77 Lip 21 Prot 46					28 Kcal 709 HC 80 Lip 29 Prot 30				29 Kcal 848 HC 102 Lip 36 Prot 32				30 Kcal 599 HC 75 Lip 16 Prot 40				31 Kcal 810 HC 87 Lip 21 Prot 69			
Porrusalda Txahal-gisatua txanpinoiekin Jogurta					Lekak patatekin Solomo ontzutua entsaladarekin				Garbantzuak bertako barazkiekin Patata eta txorizo tortila labean entsaladarekin				Bertako barazki-krema Indioilar gisatua entsaladarekin				Dilistak bertako barazkiekin Oilasko-izterra patatekin			
Purrusalda Guisado de ternera con champiñones Yogur					Sasoiko fruta Vainas con patatas Lomo adobado con ensalada Fruta de temporada				Sasoiko fruta Garbanzos con verduras locales Tortilla de patata y chorizo al horno con ensalada Fruta de temporada				Sasoiko fruta Crema de verduras locales Pavo guisado con ensalada Fruta de temporada				Sasoiko fruta Lentejas con verduras locales Muslo de pollo con patatas Fruta de temporada			