



ASTELEHENA / LUNES		ASTEARTEA / MARTES		ASTEAZKENA / MIERCOLES		OSTEGUNA / JUEVES		OSTIRALA / VIERNES	
1	Kcal 727 Lip 13 HC Prot 41	2	Kcal 782 Lip 16 HC Prot 29	3	Kcal 718 Lip 20 HC Prot 47	4	Kcal 773 Lip 25 HC Prot 39	5	Kcal 779 Lip 27 HC Prot 31
	Dilistak bertako barazkiekin Indioilar gisatua txanpiñoiekin Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Pavo guisado con champiñones Fruta fresca		Porrusalda krema Haragi lasagna Fruta freskoa Crema de purrusalda Lasaña de carne Fruta fresca		Patatak errioxar erara Bakailoa errioxar eran Fruta freskoa Patatas a la riojana Bacalao a la riojana Fruta fresca		Espiralak italiar erara Hegaluze medailoia entsaladarekin Edateko jogurra Espirales italiana Medallon de bonito en salsa con ensalada Yogur bebible		Txitxirioak bertako barazkiekin Patata tortila entsaladarekin Fruta freskoa Garbanzos con verduras locales Tortilla de patata con ensalada Fruta fresca
Krema - Arraina - Yogurra Crema - Pescado - Yogur		Pasta - Arraultz - Yogurra Pasta - Huevo - Yogur		Barazki - Haragi - Esnekia Verdura - Carne - Lácteo		Entsalada - Hegazti - Fruta Ensalada - Ave - Fruta		Barazki - Arraina - Yogurra Verdura - Pescado - Yogur	
8	Kcal 854 Lip 39 HC Prot 35	9	Kcal 831 Lip 25 HC Prot 53	10	Kcal 697 Lip 25 HC Prot 46	11	Kcal 807 Lip 30 HC Prot 30	12	Kcal 656 Lip 14 HC Prot 38
	Brokolia patatekin Hanburgesa piper gorriekin Fruta freskoa Brocoli con patatas Hamburguesa con pimientos rojos Fruta fresca		Indaba gorria erregosiak Solomo adobatuta patata frijituekin Fruta freskoa Alubias rojas estofadas Lomo adobado con patatas fritas Fruta fresca		Bertako barazki krema Txahal gisatua barazki saltsan Jogurra Crema de verduras locales Guisado de ternera en salsa de verduras Yogur		Arroza integrala bertoko barazkiekin Atun tortilla frantsesa entsaladarekin Fruta freskoa Arroz integral con verduras locales Tortilla francesa de atun con ensalada Fruta fresca		Makarroiak tomatearekin Legatza labean entsaladarekin Fruta freskoa Macarrones con tomate Merluza al horno con ensalada Fruta fresca
Zopa - Hegazti - Yogurra Sopa - Ave - Yogur		Krema - Arraina - Yogurra Crema - Pescado - Yogur		Patata - Arraina - Fruta Patata - Pescado - Fruta		Barazki - Hegazti - Fruta Verdura - Ave - Fruta		Entsalada - Haragi - Yogurra Ensalada - Carne - Yogur	
15	Kcal 886 Lip 30 HC Prot 21	16	Kcal 704 Lip 22 HC Prot 44	17	Kcal 747 Lip 30 HC Prot 31	18	Kcal 808 Lip 33 HC Prot 37	19	
	Haragizko paella Oilasko kroketak entsaladarekin Fruta freskoa Paella de carne Croquetas de pollo con ensalada Fruta fresca		Txitxirioak bertako barazkiekin Makailoa mahonesarekin Fruta freskoa Garbanzos con verduras locales Bacalao con mahonesa Fruta fresca		Porru eta espinaka krema ogi txigortuarekin Oilasko hegalak txanpiñoiekin Aihoria Crema de puerros y espinacas con picatostes Alitas de pollo con champiñones Natillas		Indaba zuriak odolostearrekin Arrautz frijituak patata frijituekin Fruta freskoa Cocido de alubias blancas Huevos fritos con patatas fritas Fruta fresca	JAIA FIESTA	
Krema - Arraina - Esnekia Crema - Pescado - Lácteo		Zopa - Haragi - Yogurra Sopa - Carne - Yogur		Pasta - Arraultz - Fruta Pasta - Huevo - Fruta		Barazki - Arraina - Yogurra Verdura - Pescado - Yogur			
22	Kcal 792 Lip 20 HC Prot 48	23	Kcal 1076 Lip 48 HC Prot 43	24	Kcal 711 Lip 19 HC Prot 49	25	Kcal 654 Lip 34 HC Prot 17	26	Kcal 786 Lip 21 HC Prot 22
	Dilistak arrozarekin Legatz arrautzatzatua piper gorriekin Fruta freskoa Lentejas con arroz Merluza a la romana con pimientos rojos Fruta fresca		Karakolilloak italiar erara Haragi bolak saltsan jardinera erara Fruta freskoa Caracolillos italiana Albondigas a la jardinera Fruta fresca		Indaba gorriak bertako barazkiekin Oilasko petxuga entsaladarekin Fruta freskoa Alubias rojas con verduras locales Pechuga de pollo con ensalada Fruta fresca		Bertako barazki krema San jakoboa entsaladarekin Gazta txikia "la vaca que rie" Crema de verduras locales San jacobito con ensalada Quesitos la vaca que rie		Arroza tomatearekin Patata tortila entsaladarekin Fruta freskoa Arroz con tomate Tortilla de patata con ensalada Fruta fresca
Zopa - Arraina - Yogurra Sopa - Pescado - Yogur		Barazki - Haragi - Yogurra Verdura - Carne - Yogur		Arroza - Arraina - Yogurra Arroz - Pescado - Yogur		Pasta - Arraultz - Fruta Pasta - Huevo - Fruta		Krema - Hegazti - Esnekia Crema - Ave - Lácteo	
29	Kcal 832 Lip 32 HC Prot 27	30	Kcal 642 Lip 19 HC Prot 40	31	Kcal 731 Lip 18 HC Prot 38				
	Dilistak bertako barazkiekin Txorizozko frantses tortila entsaladarekin Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Tortilla francesa de chorizo con ensalada Fruta fresca		Barazki menestra Indioilar gisatua patata frijituekin Fruta freskoa Menestra de verduras Pavo guisado con patatas fritas Fruta fresca		Makarroiak tomatearekin Legatz arrautzatzatua piper gorriekin Fruta freskoa Macarrones con tomate Merluza a la romana con pimientos rojos Fruta fresca				
Krema - Arraultz - Yogurra Crema - Huevo - Yogur		Zopa - Arraina - Yogurra Sopa - Pescado - Yogur		Barazki - Hegazti - Yogurra Verdura - Ave - Yogur					