



ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
	<b>1</b> Kcal 854 HC 105 Lip 37 Prot 29 <b>Patatak saltsa berdean Urdaiazpiko kroketak entsaladarekin Edateko jogurra</b> Patatas en salsa verde Croquetas de jamon con ensalada Yogur bebible Krema - Arrautz - Fruta Crema - Huevo - Fruta	<b>2</b> Kcal 645 HC 75 Lip 29 Prot 24 <b>Porru eta espinaka krema ogi integrala txigortuarekin Arrautz frijituak patata frijituekin Fruta freskoa</b> Crema de puerros y espinacas con picatostes integrales Huevos fritos con patatas fritas Fruta fresca Pasta - Arraina - Esnekia Pasta - Pescado - Lácteo	<b>3</b> Kcal 788 HC 152 Lip 8 Prot 32 <b>Dilistak bertako barazkiekin Barazki paela Fruta freskoa</b> Lentejas con verduras locales Paella vegetal Fruta fresca Zopa - Haragi - Yogurra Sopa - Carne - Yogur	<b>4</b> Kcal 735 HC 105 Lip 25 Prot 40 <b>Garbantzuak bertako kuiarekin Hegaluze medailoia entsaladarekin Fruta freskoa</b> Garbanzos con calabaza local Medallon de bonito en salsa con ensalada Fruta fresca Zopa - Hegazti - Fruta Sopa - Ave - Fruta
<b>7</b> Kcal 804 HC 141 Lip 16 Prot 30 <b>Bertako kui krema ogi integral txigortuarekin Haragi lasagna Fruta freskoa</b> Crema de calabaza local con picatostes integrales Lasaña de carne Fruta fresca Zopa - Arraina - Yogurra Sopa - Pescado - Yogur	<b>8</b> Kcal 918 HC 106 Lip 34 Prot 52 <b>Integral makarroiak italiar erara Bakailaoa arrautzaztatua mahonesarekin Fruta freskoa</b> Macarrones integrales italiana Bacalao a la romana con mahonesa Fruta fresca Entsalada - Arrautz - Yogurra Ensalada - Huevo - Yogur	<b>9</b> Kcal 690 HC 64 Lip 33 Prot 32 <b>Lekak patatekin Atun tortilla frantsesa entsaladarekin Fruta freskoa</b> Vainas con patatas Tortilla francesa de atun con ensalada Fruta fresca Pasta - Haragi - Yogurra Pasta - Carne - Yogur	<b>10</b> Kcal 793 HC 104 Lip 18 Prot 57 <b>Indaba zuriak bertako barazkiekin Oilasko bularkia hiru koloretako barazkiekin Aihoria</b> Alubias blancas con verduras locales Pechuga de pollo con hortalizas tricolor Natillas Krema - Arrautz - Fruta Crema - Huevo - Fruta	<b>11</b> Kcal 718 HC 108 Lip 18 Prot 37 <b>Haragizko paella Legatza labean entsaladarekin Fruta freskoa</b> Paella de carne Merluza al horno con ensalada Fruta fresca Barazki - Haragi - Yogurra Verdura - Carne - Yogur
<b>14</b> Kcal 855 HC 106 Lip 33 Prot 39 <b>Espiralak tomatearekin York urdaiazpiko frantses tortila entsaladarekin Fruta freskoa</b> Espirales con tomate Tortilla francesa con jamon york y ensalada Fruta fresca Barazki - Arraina - Yogurra Verdura - Pescado - Yogur	<b>15</b> Kcal 866 HC 110 Lip 23 Prot 37 <b>Patatak erroixar erara Errusiar xerra perretxikoekin Fruta freskoa</b> Patatas a la riojana Filete ruso con champiñones Fruta fresca Krema - Arrautz - Yogurra Crema - Huevo - Yogur	<b>16</b> Kcal 716 HC 99 Lip 16 Prot 48 <b>Dilistak arroza integralarekin Makailoa labean entsaladarekin Fruta freskoa</b> Lentejas con arroz integral Bacalao al horno con ensalada Fruta fresca Krema - Hegazti - Yogurra Crema - Ave - Yogur	<b>17</b> Kcal 770 HC 96 Lip 27 Prot 37 <b>Porrusalda krema ogi txigortuarekin Solomo adobatuta piper gorriekin Jogurta</b> Crema de purrusalda con picatostes Lomo adobado con pimientos rojos Yogur Arroz - Arraina - Fruta Arroz - Pescado - Fruta	<b>18</b> Kcal 815 HC 100 Lip 28 Prot 46 <b>Garbantzu erregosiak Legatza saltsa berdean Fruta freskoa</b> Garbanzos estofados Merluza en salsa verde Fruta fresca Zopa - Haragi - Yogurra Sopa - Carne - Yogur
<b>21</b> Kcal 738 HC 77 Lip 28 Prot 46 <b>Hegazti zopa fideoekin Txerri giarra labean jardinera erara Fruta freskoa</b> Sopa de ave con fideos Guiarra de cerdo al horno a la jardinera Fruta fresca Barazki - Arrautz - Esnekia Verdura - Huevo - Lácteo	<b>22</b> Kcal 990 HC 130 Lip 42 Prot 28 <b>Arroza tomatearekin Haragi bolak barazki saltsan Budina</b> Arroz con tomate Albondigas en salsa de verduras Flan Patata - Arraina - Fruta Patata - Pescado - Fruta	<b>23</b> Kcal 623 HC 78 Lip 22 Prot 30 <b>Bertoko barazki krema ogi integrala txigortuarekin Legatz arrautzaztatua entsaladarekin Fruta freskoa</b> Crema de verduras locales con picatostes integrales Merluza a la romana con ensalada Fruta fresca Barazki - Haragi - Yogurra Verdura - Carne - Yogur	<b>24</b> Kcal 799 HC 108 Lip 28 Prot 34 <b>Indaba gorriak odolostearrekin Patata tortila entsaladarekin Fruta freskoa</b> Cocido de alubias rojas Tortilla de patata con ensalada Fruta fresca Krema - Hegazti - Esnekia Crema - Ave - Lácteo	<b>25</b> Kcal 727 HC 86 Lip 24 Prot 45 <b>Brokolia patatekin Txahal xerra plantxan entsaladarekin Fruta freskoa</b> Brocoli con patatas Filete de ternera a la plancha con ensalada Fruta fresca Arroz - Arraina - Fruta Arroz - Pescado - Fruta
<b>28</b>  EZ DAGO MENURIK  NO HAY MENU				

