


















ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
<p>1 Kcal 704 HC 96 Lip 31 Prot 18</p> <p> Bertoko barazki krema Hegalaburrezko enpanadillak entsaladarekin Fruta freskoa Crema de verduras locales Empanadillas de bonito con ensalada Fruta fresca</p> <p>Arroza - Arraultz - Esnekia Arroz - Huevo - Lácteo</p>	<p>2 Kcal 702 HC 89 Lip 25 Prot 34</p> <p> Patatak errioxar erara Legatza marinela saltsan Fruta freskoa Patatas a la riojana Merluza en salsa marinera Fruta fresca</p> <p>Barazki - Haragi - Fruta Verdura - Carne - Fruta</p>	<p>3 Kcal 884 HC 104 Lip 36 Prot 39</p> <p>Indaba zuriak bertako barazkiekin Hamburguesa landare salteatuarekin Edateko jogurra Alubias blancas con verduras locales Hamburguesa con salteado campestre Yogur bebible</p> <p>Barazki - Hegazti - Fruta Verdura - Ave - Fruta</p>	<p>4 Kcal 886 HC 106 Lip 35 Prot 42</p> <p>Espiralak tomatearekin Atun tortilla frantsesa entsaladarekin Fruta freskoa Espirales con tomate Tortilla francesa de atun con ensalada Fruta fresca</p> <p>Zopa - Arraina - Yogurra Sopa - Pescado - Yogur</p>	
<p>7 Kcal 713 HC 83 Lip 25 Prot 40</p> <p> Bertoko barazki krema ogi integrala txigortuarekin Solomo adobatuta entsaladarekin Aihoria Crema de verduras locales con picatostes integrales Lomo adobado con ensalada Natillas</p> <p>Zopa - Arraina - Fruta Sopa - Pescado - Fruta</p>	<p>8 Kcal 914 HC 121 Lip 24 Prot 30</p> <p>Haragizko paella Hegaluze medailoia entsaladarekin Fruta freskoa Paella de carne Medallon de bonito en salsa con ensalada Fruta fresca</p> <p>Entsalada - Haragi - Yogurra Ensalada - Carne - Yogur</p>	<p>9 Kcal 690 HC 71 Lip 23 Prot 43</p> <p> Barazki menestra Txahal gisatua barazki saltsan Fruta freskoa Menestra de verduras Guisado de ternera en salsa de verduras Fruta fresca</p> <p>Patata - Arraina - Yogurra Patata - Pescado - Yogur</p>	<p>10 Kcal 787 HC 93 Lip 33 Prot 34</p> <p> Garbantzua bertako barazkiekin Arrautz frijituak patata frijituekin Fruta freskoa Garbanzos con verduras locales Huevos fritos con patatas fritas Fruta fresca</p> <p>Krema - Hegazti - Esnekia Crema - Ave - Lácteo</p>	<p>11 Kcal 671 HC 86 Lip 18 Prot 44</p> <p> Porrusalda Bakailaoa arrautzaztatua piper gorriekin Fruta freskoa Purrusalda Bacalao a la romana con pimientos rojos Fruta fresca</p> <p>Arroza - Arraultz - Yogurra Arroz - Huevo - Yogur</p>
<p>14 Kcal 814 HC 73 Lip 45 Prot 31</p> <p>Hegazti zopa fideo integralekin Haragi bolak txanpiñoiekin Fruta freskoa Sopa de ave con fideos integrales Albondigas con champiñones Fruta fresca</p> <p>Entsalada - Hegazti - Yogurra Ensalada - Ave - Yogur</p>	<p>15 Kcal 918 HC 106 Lip 34 Prot 52</p> <p>Makarroiak italiar erara Bakailaoa arrautzaztatua mahonesarekin Fruta freskoa Macarrones italiana Bacalao a la romana con mahonesa Fruta fresca</p> <p>Krema - Haragi - Yogurra Crema - Carne - Yogur</p>	<p>16 Kcal 637 HC 88 Lip 24 Prot 21</p> <p> Porru eta espinaka krema ogi integrala txigortuarekin Patata tortila entsaladarekin Fruta freskoa Crema de puerros y espinacas con picatostes integrales Tortilla de patata con ensalada Fruta fresca</p> <p>Pasta - Arraina - Yogurra Pasta - Pescado - Yogur</p>	<p>17 Kcal 842 HC 103 Lip 30 Prot 40</p> <p>Indaba zuriak bertako barazkiekin Oilasko hegalak entsaladarekin Jogurra Alubias blancas con verduras locales Alitas de pollo con ensalada Yogur</p> <p>Pasta - Arraultz - Fruta Pasta - Huevo - Fruta</p>	<p>18 Kcal 788 HC 152 Lip 8 Prot 32</p> <p> Dilistak bertako barazkiekin Barazki paela Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Paella vegetal Fruta fresca</p> <p>Zopa - Arraina - Yogurra Sopa - Pescado - Yogur</p>
<p>21 Kcal 760 HC 87 Lip 34 Prot 34</p> <p> Karakolilloak tomatearekin Txorizozko frantses tortila entsaladarekin Gazta txikia "la vaca que rie" Caracolillos con tomate Tortilla francesa de chorizo con ensalada Quesitos la vaca que rie</p> <p>Barazki - Haragi - Fruta Verdura - Carne - Fruta</p>	<p>22 Kcal 919 HC 103 Lip 34 Prot 53</p> <p>Indaba gorriak odolostearekin Txerri giarra labean patatekin Fruta freskoa Cocido de alubias rojas Guiarra de cerdo al horno con patatas Fruta fresca</p> <p>Arroza - Arraina - Esnekia Arroz - Pescado - Lácteo</p>	<p>23 Kcal 597 HC 64 Lip 19 Prot 40</p> <p> Lekak patatekin Oilasko bularkia jardinerara Fruta freskoa Vainas con patatas Pechuga de pollo a la jardinera Fruta fresca</p> <p>Arroza - Arraina - Yogurra Arroz - Pescado - Yogur</p>	<p>24 Kcal 848 HC 136 Lip 29 Prot 17</p> <p> Arroz integrala tomaterekin San jakoboa entsaladarekin Fruta freskoa Arroz integral con tomate San jacobo con ensalada Fruta fresca</p> <p>Barazki - Arraultz - Fruta Verdura - Huevo - Fruta</p>	<p>25 Kcal 590 HC 88 Lip 14 Prot 31</p> <p> Bertoko barazki krema ogi integrala txigortuarekin Legatza meniere eran Fruta freskoa Crema de verduras locales con picatostes integrales Merluza meniere Fruta fresca</p> <p>Pasta - Hegazti - Esnekia Pasta - Ave - Lácteo</p>
<p>28 Kcal 723 HC 80 Lip 27 Prot 40</p> <p>Dilistak bertako barazkiekin Arrautz frijituak entsaladarekin Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Huevos fritos con ensalada Fruta fresca</p> <p>Krema - Haragi - Yogurra Crema - Carne - Yogur</p>	<p>29 Kcal 649 HC 81 Lip 19 Prot 41</p> <p> Porrusalda krema ogi integrala txigortuarekin Indioilar gisatua patata frijituekin Fruta freskoa Crema de purrusalda con picatostes integrales Pavo guisado con patatas fritas Fruta fresca</p> <p>Arroza - Arraina - Yogurra Arroz - Pescado - Yogur</p>	<p>30 Kcal 783 HC 106 Lip 25 Prot 39</p> <p> Makarroiak italiar erara Legatz arrautzaztatua entsaladarekin Fruta freskoa Macarrones italiana Merluza a la romana con ensalada Fruta fresca</p> <p>Barazki - Arraultz - Yogurra Verdura - Huevo - Yogur</p>	<p>31 Kcal 818 HC 81 Lip 27 Prot 64</p> <p> Patatak saltsa berdean Oilasko izterra azenario eta txanpiñoiekin Aihoria Patatas en salsa verde Muslo de pollo con zanahoria y champiñon Natillas</p> <p>Zopa - Hegazti - Fruta Sopa - Ave - Fruta</p>	