



ASTELEHENA / LUNES					ASTEARTEA / MARTES					ASTEAZKENA / MIERCOLES					OSTEGUNA / JUEVES					OSTIRALA / VIERNES				
2	Kcal	919	HC	110	3	Kcal	779	HC	86	4	Kcal	740	HC	82	5	Kcal	819	HC	101	6	Kcal	788	HC	152
Lip		37	Prot	42	Lip		36	Prot	36	Lip		22	Prot	28	Lip		35	Prot	27	Lip		8	Prot	32
 Cuscusa bertako barazkiekin Solomo ontzutua jardinerara erara Fruta freskoa Cuscus con verduras locales Lomo adobado a la jardinera Fruta fresca					 Garbantzauak bertako kalabazarekin Arrautza frijituak patata frijituekin Gazta txikia "la vaca que rie" Garbanzos con calabaza local Huevos fritos con patatas fritas Quesitos la vaca que rie					 Porru- eta ziazerba-krema ogi integral txigortuekin Hegaluze-medailoia saltsan entsaladarekin Fruta freskoa Crema de puerros y espinacas con picatostes integrales Medallon de bonito en salsa con ensalada Fruta fresca					 Patatak saltsa berdean Urdaiazpiko kroketak entsaladarekin Fruta freskoa Patatas en salsa verde Croquetas de jamon con ensalada Fruta fresca					 Dilistak bertako barazkiekin Barazki-paella Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Paella vegetal Fruta fresca				
Barazki - Arrautz - Esnekia Verdura - Huevo - Lácteo					Zopa - Hegazti - Fruta Sopa - Ave - Fruta					Pasta - Haragi - Esnekia Pasta - Carne - Lácteo					Krema - Arrautz - Yogurra Crema - Huevo - Yogur					Zopa - Arraina - Yogurra Sopa - Pescado - Yogur				
9	Kcal	799	HC	139	10	Kcal	781	HC	97	11	Kcal	635	HC	80	12	Kcal	793	HC	108	13	Kcal	721	HC	88
Lip		16	Prot	31	Lip		26	Prot	44	Lip		24	Prot	19	Lip		17	Prot	55	Lip		22	Prot	47
 Bertoko barazki krema ogi integral txigortuarekin Haragi lasagna Fruta freskoa Crema de verduras locales con picatostes integrales Lasaña de carne Fruta fresca					Babarrun zuriak bertako barazkiekin Legatza arrautzaztatua maionesarekin Fruta freskoa Alubias blancas con verduras locales Merluza a la romana con mahonesa Fruta fresca					 Barazki-menestra Patata tortila entsaladarekin Fruta freskoa Menestra de verduras Tortilla de patata con ensalada Fruta fresca					Makarroi integralak italiar erara Oilasko-bularkia hiru koloretako barazkiekin Jogurta Macarrones integrales italiana Pechuga de pollo con hortalizas tricolor Yogur					 Garbantzau erregosiak Legatza labean entsaladarekin Fruta freskoa Garbanzos estofados Merluza al horno con ensalada Fruta fresca				
Zopa - Arraina - Yogurra Sopa - Pescado - Yogur					Entsalada - Arrautz - Yogurra Ensalada - Huevo - Yogur					Krema - Haragi - Yogurra Crema - Carne - Yogur					Entsalada - Arrautz - Fruta Ensalada - Huevo - Fruta					Barazki - Haragi - Yogurra Verdura - Carne - Yogur				
16	Kcal	947	HC	113	17	Kcal	866	HC	110	18	Kcal	548	HC	72	19	Kcal	801	HC	112	20	Kcal	672	HC	62
Lip		39	Prot	42	Lip		23	Prot	37	Lip		15	Prot	33	Lip		18	Prot	52	Lip		31	Prot	39
Kirikilak tomatearekin Tortila frantsesa york urdaiazpiko eta entsaladarekin Izozkia Espirales con tomate Tortilla francesa con jamon york y ensalada Helado					 Patatak errioxar erara Xerra errusiarra txanpinoiekin Fruta freskoa Patatas a la riojana Filete ruso con champiñones Fruta fresca					 Porrusalda krema ogi integral txigortuekin Bakailaoa labean entsaladarekin Fruta freskoa Crema de purrusalda con picatostes integrales Bacalao al horno con ensalada Fruta fresca					 Dilistak arroza integralarekin Solomo ontzutua piper gorriekin Fruta freskoa Lentejas con arroz integral Lomo adobado con pimientos rojos Fruta fresca					 Landako-entsalada Legatza saltsa berdean Fruta freskoa Ensalada campera Merluza en salsa verde Fruta fresca				
Barazki - Arraina - Fruta Verdura - Pescado - Fruta					Krema - Arrautz - Yogurra Crema - Huevo - Yogur					Arroza - Hegazti - Yogurra Arroz - Ave - Yogur					Entsalada - Arraina - Yogurra Ensalada - Pescado - Yogur					Zopa - Haragi - Yogurra Sopa - Carne - Yogur				
23	Kcal	738	HC	77	24	Kcal	955	HC	127	25	Kcal	522	HC	66	26	Kcal	863	HC	112	27	Kcal	655	HC	70
Lip		28	Prot	46	Lip		40	Prot	27	Lip		15	Prot	33	Lip		32	Prot	36	Lip		23	Prot	39
 Hegazti-zopa fideoekin Txerri-giarra labean jardinerara erara Fruta freskoa Sopa de ave con fideos Guiarra de cerdo al horno a la jardinera Fruta fresca					Arroza tomatearekin Albondigak tomate-saltsarekin Fruta freskoa Arroz con tomate Albondigas con salsa de tomate Fruta fresca					 Bertako barazki-krema Legatza labean entsaladarekin Fruta freskoa Crema de verduras locales Merluza al horno con ensalada Fruta fresca					 Babarrun gorrien eltzekoa Patata tortila entsaladarekin Aihoria Cocido de alubias rojas Tortilla de patata con ensalada Natillas					 Lekak patatekin Txahal-xerra plantxan entsaladarekin Fruta freskoa Vainas con patatas Filete de ternera a la plancha con ensalada Fruta fresca				
Barazki - Arrautz - Esnekia Verdura - Huevo - Lácteo					Entsalada - Arraina - Yogurra Ensalada - Pescado - Yogur					Patata - Haragi - Yogurra Patata - Carne - Yogur					Krema - Hegazti - Fruta Crema - Ave - Fruta					Arroza - Arraina - Esnekia Arroz - Pescado - Lácteo				
30	Kcal	713	HC	90	31	Kcal	736	HC	72															
Lip		15	Prot	55	Lip		26	Prot	55															
 Dilistak bertako barazkiekin Indioilar gisatua patata frijituekin Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Pavo guisado con patatas fritas Fruta fresca					 Bertako kalabaza-krema Oilasko-izterra entsaladarekin Edateko jogurta Crema de calabaza local Muslo de pollo con ensalada Yogur bebible																			
Krema - Arraina - Yogurra Crema - Pescado - Yogur					Pasta - Arrautz - Fruta Pasta - Huevo - Fruta																			

