




















ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
		1 Kcal 702 HC 89 Lip 25 Prot 34	2 Kcal 936 HC 97 Lip 46 Prot 38	3 Kcal 886 HC 106 Lip 35 Prot 42
		 Patatak errioxar erara Legatza marinela saltsan Fruta sasoikoa Patatas a la riojana Merluza en salsa marinera Fruta de temporada	 Garbantzuak bertako barazkiekin Hanburgesa entsaladarekin Fruta sasoikoa Garbanzos con verduras locales Hamburguesa con ensalada Fruta de temporada	Kirikilak tomatearekin Tortila frantsesa hegalabur eta entsaladarekin Fruta sasoikoa Espirales con tomate Tortilla francesa de atun con ensalada Fruta de temporada
		Barazki - Haragi - Fruta Verdura - Carne - Fruta	Barazki - Hegazti - Yogurra Verdura - Ave - Yogur	Zopa - Arraina - Yogurra Sopa - Pescado - Yogur
6 Kcal 670 HC 75 Lip 23 Prot 43	7 Kcal 857 HC 123 Lip 25 Prot 42	8 Kcal 738 HC 74 Lip 22 Prot 26	9 Kcal 787 HC 109 Lip 26 Prot 34	10 Kcal 631 HC 86 Lip 19 Prot 33
 Bertako barazki-krema Txahal-gisatua barazki-saltsan Fruta sasoikoa Crema de verduras locales Guisado de ternera en salsa de verduras Fruta de temporada	 Haragi-paella Solomo ontzutua patata frijituekin Fruta sasoikoa Paella de carne Lomo adobado con patatas fritas Fruta de temporada	 Barazki-menestra Hegaluze-medailoia saltsan entsaladarekin Fruta sasoikoa Menestra de verduras Medallon de bonito en salsa con ensalada Fruta de temporada	 Indaba zuriak bertako barazkiekin Patata tortila entsaladarekin Jogurta Alubias blancas con verduras locales Tortilla de patata con ensalada Yogur	 Porrusalda Legatza arrautzaztatua piper gorriekin Fruta sasoikoa Purrusalda Merluza a la romana con pimientos rojos Fruta de temporada
Zopa - Arrautz - Yogurra Sopa - Huevo - Yogur	Entsalada - Arraina - Yogurra Ensalada - Pescado - Yogur	Patata - Haragi - Yogurra Patata - Carne - Yogur	Krema - Hegazti - Fruta Crema - Ave - Fruta	Arroza - Arrautz - Yogurra Arroz - Huevo - Yogur
13 Kcal 788 HC 152 Lip 8 Prot 32	14 Kcal 918 HC 106 Lip 34 Prot 52	15 Kcal 779 HC 107 Lip 27 Prot 31	16 Kcal 878 HC 77 Lip 49 Prot 33	17 Kcal 581 HC 71 Lip 20 Prot 30
 Dilistak bertako barazkiekin Barazki-paella Fruta sasoikoa Lentejas con verduras locales Paella vegetal Fruta de temporada	Makarroiak italiar erara Bakailaoa arrautzaztatua maionesarekin Fruta sasoikoa Macarrones italiana Bacalao a la romana con mahonesa Fruta de temporada	 Garbantzuak bertako barazkiekin Patata tortila entsaladarekin Fruta sasoikoa Garbanzos con verduras locales Tortilla de patata con ensalada Fruta de temporada	Hegazti-zopa fideo integralekin Albondigak txanpinoiekin Aihoria Sopa de ave con fideos integrales Albondigas con champiñones Natillas	 Porru- eta ziazerba-krema ogi integral txigortuekin Oilasko-hegalak entsaladarekin Fruta sasoikoa Crema de puerros y espinacas con picatostes integrales Alitas de pollo con ensalada Fruta de temporada
Zopa - Arraina - Yogurra Sopa - Pescado - Yogur	Krema - Haragi - Yogurra Crema - Carne - Yogur	Barazki - Arraina - Yogurra Verdura - Pescado - Yogur	Entsalada - Hegazti - Fruta Ensalada - Ave - Fruta	Pasta - Arrautz - Fruta Pasta - Huevo - Fruta
20 Kcal 848 HC 136 Lip 29 Prot 17	21 Kcal 760 HC 87 Lip 34 Prot 34	22 Kcal 637 HC 73 Lip 25 Prot 32	23 Kcal 766 HC 96 Lip 21 Prot 52	24 Kcal 730 HC 78 Lip 26 Prot 43
 Arroza integrala tomatearekin San jakoboa entsaladarekin Fruta sasoikoa Arroz integral con tomate San jacobito con ensalada Fruta de temporada	 Barraskiloak tomatearekin Tortila frantsesa txorizo eta entsaladarekin Gazta txikia "la vaca que rie" Caracillos con tomate Tortilla francesa de chorizo con ensalada Quesitos la vaca que rie	Bertako barazki-krema Legatza arrautzaztatua maionesarekin Fruta sasoikoa Crema de verduras locales Merluza a la romana con mahonesa Fruta de temporada	 Babarrun gorrien lapikokoa Oilasko-bularkia patata frijituekin Fruta sasoikoa Cocido de alubias rojas Pechuga de pollo con patatas fritas Fruta de temporada	 Lekak patatekin Txerri-giarra labean jardinera erara Fruta sasoikoa Vainas con patatas Guiarra de cerdo al horno a la jardinera Fruta de temporada
Krema - Hegazti - Esnekia Crema - Ave - Lácteo	Barazki - Haragi - Fruta Verdura - Carne - Fruta	Arroza - Arrautz - Yogurra Arroz - Huevo - Yogur	Barazki - Arraina - Esnekia Verdura - Pescado - Lácteo	Arroza - Arraina - Esnekia Arroz - Pescado - Lácteo
27 Kcal 723 HC 80 Lip 27 Prot 40	28 Kcal 771 HC 80 Lip 23 Prot 63	29 Kcal 750 HC 116 Lip 16 Prot 39	30 Kcal 904 HC 126 Lip 34 Prot 32	31 Kcal 649 HC 81 Lip 19 Prot 41
Dilistak bertako barazkiekin Arrautza frijituekin entsaladarekin Fruta sasoikoa Lentejas con verduras locales Huevos fritos con ensalada Fruta de temporada	 Patatak saltsa berdean Oilasko-izterra landako salteatuarekin Fruta sasoikoa Patatas en salsa verde Muslo de pollo con salteado campestre Fruta de temporada	Makarroiak italiar erara Legatza meniere erara Fruta sasoikoa Macarrones italiana Merluza meniere Fruta de temporada	 Indaba zuriak bertako barazkiekin Hegaluze-enganadillak entsaladarekin Flana Alubias blancas con verduras locales Empanadillas de bonito con ensalada Flan	 Porrusalda crema ogi integral txigortuekin Indioilar gisatua patata frijituekin Fruta sasoikoa Crema de purrusalda con picatostes integrales Pavo guisado con patatas fritas Fruta de temporada
Krema - Haragi - Yogurra Crema - Carne - Yogur	Krema - Arraina - Yogurra Crema - Pescado - Yogur	Barazki - Hegazti - Yogurra Verdura - Ave - Yogur	Entsalada - Haragi - Fruta Ensalada - Carne - Fruta	Arroza - Arraina - Yogurra Arroz - Pescado - Yogur

