



ASTELEHENA / LUNES				ASTEARTEA / MARTES				ASTEAZKENA / MIERCOLES				OSTEGUNA / JUEVES				OSTIRALA / VIERNES			
1				2 Kcal 631 HC 78 Lip 18 Prot 42				3 Kcal 702 HC 116 Lip 13 Prot 35				4 Kcal 756 HC 96 Lip 27 Prot 34				5 Kcal 690 HC 79 Lip 23 Prot 43			
JAIA				Porrusalda krema Indioilar gisatua entsaladarekin Jogurta Crema de purrusalda Pavo guisado con ensalada Yogur				Makarroiak tomatearekin Legatza meniere erara Sasoiko fruta Macarrones con tomate Merluza meniere Fruta de temporada				Dilistak bertako barazkiekin Patata tortila labean entsaladarekin Sasoiko fruta Lentejas con verduras locales Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta de temporada				Patatak errioxar erara Oilasko-bularkia txanpinoiekin Sasoiko fruta Patatas a la riojana Pechuga de pollo con champiñones Fruta de temporada			
FIESTA				Arroza - Arraina - Fruta Arroz - Pescado - Fruta				Entsalada - Haragi - Esnekia Ensalada - Carne - Lácteo				Krema - Arraina - Jogurta Crema - Pescado - Yogur				Barazki - Arraultz - Esnekia Verdura - Huevo - Lácteo			
8 Kcal 762 HC 83 Lip 39 Prot 21				9 Kcal 880 HC 115 Lip 34 Prot 31				10 Kcal 725 HC 79 Lip 30 Prot 36				11 Kcal 782 HC 77 Lip 39 Prot 33				12 Kcal 789 HC 112 Lip 25 Prot 33			
Bertako kalabaza-krema Patata eta hegalabur tortila labean entsaladarekin Sasoiko fruta Crema de calabaza local Tortilla de patata y atun al horno con ensalada Fruta de temporada				Garbantzuak bertako barazkiekin Urdaiazpiko kroketak entsaladarekin Sasoiko fruta Garbanzos con verduras locales Croquetas de jamon con ensalada Fruta de temporada				Patata gisatuak Izokina saltsa berdean Edateko jogurta Patatas guisadas Salmon en salsa verde Yogur bebible				Hegazti-zopa fideoekin Behi- eta txerri-hanburgesa jardinera erara Sasoiko fruta Sopa de ave con fideos Hamburguesa de vacuno y cerdo a la jardinera Fruta de temporada				Haragi-paella Abadira arrautzatzatua entsaladarekin Gazta txikia "la vaca que rie" eta irasagarra Paella de carne Abadejo a la romana con ensalada Quesito la vaca que rie con membrillo			
Pasta - Arraina - Jogurta Pasta - Pescado - Yogur				Zopa - Arraina - Jogurta Sopa - Pescado - Yogur				Entsalada - Hegazti - Fruta Ensalada - Ave - Fruta				Krema - Arraultz - Jogurta Crema - Huevo - Yogur				Barazki - Haragi - Fruta Verdura - Carne - Fruta			
15 Kcal 684 HC 80 Lip 32 Prot 21				16 Kcal 821 HC 105 Lip 20 Prot 59				17 Kcal 893 HC 129 Lip 34 Prot 27				18 Kcal 700 HC 93 Lip 12 Prot 56				19 Kcal 678 HC 78 Lip 19 Prot 48			
Bertako barazki-krema Patata eta txorizo tortila labean entsaladarekin Sasoiko fruta Crema de verduras locales Tortilla de patata y chorizo al horno con ensalada Fruta de temporada				Babarrun gorrien lapikokoa Indioilar blanketa anana eta patatekin Jogurta Cocido de alubias rojas Blanqueta de pavo con piña y patata Yogur				Makarroi integralak italiar erara Hegaluze-enpanadillak entsaladarekin Sasoiko fruta Macarrones integrales italiana Empanadillas de bonito con ensalada Fruta de temporada				Dilistak bertako barazkiekin Bakailaoa marinela saltsan Sasoiko fruta Lentejas con verduras locales Bacalao en salsa marinera Fruta de temporada				Barazki-menestra Oilasko-bularkia hiru koloretako barazkiekin Aihoria Menestra de verduras Pechuga de pollo con hortalizas tricolor Natillas			
Pasta - Arraina - Fruta Pasta - Pescado - Fruta				Arroza - Hegazti - Fruta Arroz - Ave - Fruta				Krema - Arraultz - Esnekia Crema - Huevo - Lácteo				Entsalada - Arraultz - Jogurta Ensalada - Huevo - Yogur				Pasta - Arraina - Fruta Pasta - Pescado - Fruta			
22 Kcal 652 HC 81 Lip 26 Prot 33				23 Kcal 836 HC 103 Lip 33 Prot 34				24 Kcal 671 HC 76 Lip 27 Prot 34				25 Kcal 850 HC 129 Lip 27 Prot 29				26 Kcal 686 HC 77 Lip 22 Prot 48			
Lekak patatekin Hegazti-albondigak txanpinoiekin Sasoiko fruta Vainas con patatas Albondigas de ave con champiñon Fruta de temporada				Babarrun zuri erregosiak Patata tortila labean entsaladarekin Sasoiko fruta Alubias blancas estofadas Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta de temporada				Porru- eta ziazerba-krema Abadira arrautzatzatua maionesarekin Edateko jogurta Crema de puerros y espinacas Abadejo a la romana con mahonesa Yogur bebible				Arroza tomatearekin Solomo ontzutua entsaladarekin Sasoiko fruta Arroz con tomate Lomo adobado con ensalada Fruta de temporada				Dilistak bertako barazkiekin Izokina meniere erara Gazta txikia "la vaca que rie" Lentejas con verduras locales Salmon meniere Quesitos la vaca que rie			
Arroza - Haragi - Esnekia Arroz - Carne - Lácteo				Zopa - Arraina - Jogurta Sopa - Pescado - Yogur				Pasta - Hegazti - Fruta Pasta - Ave - Fruta				Krema - Arraina - Jogurta Crema - Pescado - Yogur				Entsalada - Arraultz - Fruta Ensalada - Huevo - Fruta			
29 Kcal 965 HC 75 Lip 51 Prot 54				30 Kcal 769 HC 82 Lip 30 Prot 44															
Porrusalda krema Oilasko-izterra errea patata frijituekin Jogurta Crema de purrusalda Muslo de pollo asado con patatas fritas Yogur				Patatak saltsa berdean Txahal-xerra ogi birrineztatua entsaladarekin Sasoiko fruta Patatas en salsa verde Filete de ternera empanado con ensalada Fruta de temporada															
Pasta - Arraultz - Fruta Pasta - Huevo - Fruta				Krema - Arraina - Jogurta Crema - Pescado - Yogur															