



martxoa - marzo 2024

ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
				1 Kcal 906 HC 121 Lip 32 Prot 37 Barazki-paella Tofu arrautzaztatua saltsan entsaladarekin Jogurta Paella vegetal Tofu rebozado en salsa con ensalada Yogur
4 Kcal 783 HC 96 Lip 29 Prot 36 Dilistak bertako barazkiekin Patata tortila labean entsaladarekin Jogurta Lentejas con verduras locales Tortilla de patata al horno con ensalada Yogur	5 Kcal 833 HC 150 Lip 14 Prot 35 Barraskiloak tomatearekin Babarrun zuriak bertako kalabazarekin Fruta sasoikoa Caracolillos con tomate Alubias blancas con calabaza local Fruta de temporada	6 Kcal 748 HC 104 Lip 21 Prot 32 Patata gisatuak (gg) Landare xerra arrautzaztatua piper gorriekin Fruta sasoikoa Patatas guisadas (gg) Filete vegetal a la romana con pimientos rojos Fruta de temporada	7 Kcal 726 HC 76 Lip 35 Prot 26 Lekak patatekin Mozzarella fingerrak entsaladarekin Gazta txikia "la vaca que rie" Vainas con patatas Fingers de mozzarella con ensalada Quesitos la vaca que rie	8 Kcal 785 HC 126 Lip 23 Prot 22 Barazki-paella Paisana tortila Fruta sasoikoa Paella vegetal Tortilla paisana Fruta de temporada
11 Kcal 819 HC 155 Lip 16 Prot 21 Porrusalda Arroza tomatearekin Aihoria Purrusalda Arroz con tomate Natillas	12 Kcal 799 HC 114 Lip 29 Prot 24 Makarroi integralak tomatekin Patata tortila labean entsaladarekin Fruta sasoikoa Macarrones integrales con tomate Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta de temporada	13 Kcal 698 HC 108 Lip 12 Prot 36 Dilistak bertako barazkiekin Lekak patatekin Jogurta Lentejas con verduras locales Vainas con patatas Yogur	14 Kcal 637 HC 83 Lip 25 Prot 21 Bertako barazki-krema Paisana tortila Fruta sasoikoa Crema de verduras locales Tortilla paisana Fruta de temporada	15 Kcal 752 HC 92 Lip 25 Prot 42 Garbantzuak bertako barazkiekin Tofu saltsan txanpinoiekin Fruta sasoikoa Garbanzos con verduras locales Tofu en salsa con champiñon Fruta de temporada
18 Kcal 810 HC 137 Lip 23 Prot 17 Barazki-paella Perretxiko kroketak entsaladarekin Fruta sasoikoa Paella vegetal Croquetas de setas con ensalada Fruta de temporada	19 Kcal 711 HC 71 Lip 32 Prot 36 Porrusalda krema Arrautza egosiak frijituekin Jogurta Crema de purrusalda Huevos cocidos con fritada Yogur	20 Kcal 713 HC 129 Lip 9 Prot 29 Patata gisatuak (gg) Dilistak bertako barazkiekin Fruta sasoikoa Patatas guisadas (gg) Lentejas con verduras locales Fruta de temporada	21 Kcal 759 HC 84 Lip 36 Prot 24 Barazki-menestra Patata tortila labean entsaladarekin Aihoria Menestra de verduras Tortilla de patata al horno con ensalada Natillas	22 Kcal 712 HC 103 Lip 19 Prot 34 Indaba zuriak bertako barazkiekin Landare xerra arrautzaztatua kalabazin eta azenarioekin Fruta sasoikoa Alubias blancas con verduras locales Filete vegetal a la romana con calabacin y zanahoria Fruta de temporada
25 Kcal 743 HC 124 Lip 11 Prot 40 Dilistak bertako barazkiekin Brokolia patatekin Fruta sasoikoa Lentejas con verduras locales Brocoli con patatas Fruta de temporada	26 Kcal 866 HC 111 Lip 31 Prot 39 Makarroiak tomatearekin Tofu arrautzaztatua saltsan entsaladarekin Fruta sasoikoa Macarrones con tomate Tofu rebozado en salsa con ensalada Fruta de temporada	27 Kcal 700 HC 85 Lip 32 Prot 21 Bertako barazki-krema Patata tortila labean entsaladarekin Edateko jogurta Crema de verduras locales Tortilla de patata al horno con ensalada Yogur bebible	28 JAIA FIESTA	29 JAIA FIESTA