



otsaila - febrero 2024

ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
			1 Kcal 853 HC 118 Lip 33 Prot 31	2 Kcal 803 HC 77 Lip 42 Prot 25
			Indaba txuri krema Hegaluze-enpanadillak entsaladarekin Fruta sasoikoa Crema de alubias blancas Empanadillas de bonito con ensalada Fruta de temporada	Menestra krema Behi- eta txerri-albondigak jardineran Fruta sasoikoa Crema de menestra Albondigas de vacuno y cerdo a la jardineria Fruta de temporada
5 Kcal 749 HC 96 Lip 23 Prot 44	6 Kcal 890 HC 65 Lip 44 Prot 55	7 Kcal 608 HC 76 Lip 17 Prot 39	8 Kcal 689 HC 83 Lip 32 Prot 20	9 Kcal 688 HC 81 Lip 25 Prot 38
Dilista-krema Abadira arrautzatzatua entsaladarekin Fruta sasoikoa Crema de lentejas Abadejo a la romana con ensalada Fruta de temporada	Leka-krema patatekin Olasko-urdaiazpikoak labeen kalabazin eta azenarioarekin Fruta sasoikoa Crema de vainas con patatas Jamoncitos al horno con calabacin y zanahoria Fruta de temporada	Porrusalda krema Solomo ontzutua txanpinoiekin Jogurta Crema de purrusalda Lomo adobado con champiñones Yogur	Bertako kalabaza-krema Patata eta txorizo tortila labeen entsaladarekin Fruta sasoikoa Crema de calabaza local Tortilla de patata y chorizo al horno con ensalada Fruta de temporada	Krema Txahal-xerra ogi birrineztatua patata frijituekin Fruta sasoikoa Crema Filete de ternera empanado con patatas fritas Fruta de temporada
12 Kcal 665 HC 81 Lip 30 Prot 19	13 Kcal 848 HC 111 Lip 35 Prot 27	14 Kcal 761 HC 75 Lip 33 Prot 37	15 Kcal 527 HC 66 Lip 14 Prot 38	16 Kcal 747 HC 88 Lip 26 Prot 44
Bertako barazki-krema Patata tortila labeen entsaladarekin Fruta sasoikoa Crema de verduras locales Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta de temporada	Garbantzu-krema San jakoboa entsaladarekin Fruta sasoikoa Crema de garbanzos San jacoboa con ensalada Fruta de temporada	Leka-krema patatekin Legatza arrautzatzatua maionesarekin Aihoria Crema de vainas con patatas Merluza a la romana con mahonesa Natillas	Krema Oilasko-bularkia piper gorriekin Fruta sasoikoa Crema Pechuga de pollo con pimientos rojos Fruta de temporada	Indaba txuri krema Izokina saltsa berdean Fruta sasoikoa Crema de alubias blancas Salmon en salsa verde Fruta de temporada
19 Kcal 808 HC 102 Lip 23 Prot 52	20 Kcal 659 HC 93 Lip 12 Prot 48	21 Kcal 762 HC 83 Lip 39 Prot 21	22 Kcal 955 HC 81 Lip 43 Prot 67	23 Kcal 601 HC 74 Lip 22 Prot 30
Dilista-krema Solomo freskoa patata frijituekin Fruta sasoikoa Crema de lentejas Lomo fresco con patatas fritas Fruta de temporada	Patata gisatuen krema Meniere bakailaoa Fruta sasoikoa Crema de patatas guisadas Bacalao meniere Fruta de temporada	Porrusalda krema Patata eta hegalabur tortila labeen entsaladarekin Fruta sasoikoa Crema de purrusalda Tortilla de patata y atun al horno con ensalada Fruta de temporada	Indaba gorri krema Oilasko-izterra errea landako salteatuarekin Gazta txikia "la vaca que rie" Crema de alubias rojas Muslo de pollo asado con salteado campestre Quesitos la vaca que rie	Krema Abadira arrautzatzatua entsaladarekin Fruta sasoikoa Crema Abadejo a la romana con ensalada Fruta de temporada
26 Kcal 760 HC 104 Lip 15 Prot 57	27 Kcal 718 HC 83 Lip 34 Prot 23	28 Kcal 882 HC 101 Lip 25 Prot 38	29 Kcal 825 HC 87 Lip 37 Prot 40	
Dilista-krema Indioilar blanketa ziaparekin, ananarekin eta patatarekin Fruta sasoikoa Crema de lentejas Blanqueta de pavo a la mostaza con piña y patata Fruta de temporada	Porru- eta ziazerba-krema Patata eta txorizo tortila labeen entsaladarekin Edateko jogurta Crema de puerros y espinacas Tortilla de patata y chorizo al horno con ensalada Yogur bebible	Garbantzu-krema Izokin-medailoia marinela-saltsan Fruta sasoikoa Crema de garbanzos Medallon de salmon en salsa marinera Fruta de temporada	Marmitako-krema Behi- eta txerri-hanburgesa txanpinoiekin Fruta sasoikoa Crema de marmitako Hamburguesa de vacuno y cerdo con champiñones Fruta de temporada	

