



ASTELEHENA / LUNES		ASTEARTEA / MARTES		ASTEAZKENA / MIERCOLES		OSTEGUNA / JUEVES		OSTIRALA / VIERNES	
3 Kcal 756 HC 96 Lip 27 Prot 34	4 Kcal 766 HC 108 Lip 15 Prot 53	5 Kcal 666 HC 90 Lip 20 Prot 35	6 Kcal 707 HC 83 Lip 32 Prot 18	7 Kcal 751 HC 109 Lip 23 Prot 33					
Dilistak bertako barazkiekin Patata tortila labean entsaladarekin Sasoiko fruta Lentejas con verduras locales Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta de temporada	Kiribil italiarrak Oilasko-bularkia kalabaza eta azenarioarekin Sasoiko fruta Espirales italiana Pechuga de pollo con calabacin y zanahoria Fruta de temporada	Porrusalda Abadira arrautzaztatua piper gorriekin Edateko jogurta Purrusalda Abadejo a la romana con pimientos rojos Yogur bebible	Lekak patatekin Hegazti san jakoboa entsaladarekin Gazta txikia eta irasagarra Vainas con patatas San jacob de ave con ensalada Quesito con membrillo	Barazki-paella Izokina saltsa berdean Sasoiko fruta Paella vegetal Salmon en salsa verde Fruta de temporada					
Zopa - Arraina - Jogurta Sopa - Pescado - Yogur	Barazki - Arraina - Esnekia Verdura - Pescado - Lácteo	Krema - Haragi - Fruta Crema - Carne - Fruta	Arroza - Arraultz - Fruta Arroz - Huevo - Fruta	Barazki - Hegazti - Jogurta Verdura - Ave - Yogur					
10 Kcal 702 HC 79 Lip 24 Prot 34	11 Kcal 818 HC 113 Lip 31 Prot 26	12 Kcal 741 HC 95 Lip 21 Prot 42	13 Kcal 815 HC 111 Lip 27 Prot 34	14 Kcal 743 HC 97 Lip 24 Prot 38					
Bertako barazki-krema Hegazti-hamburgesa jardinera erara Jogurta Crema de verduras locales Hamburguesa de ave a la jardinera Yogur	Makarroi integralak tomatekin Patata eta txorizo tortila labean entsaladarekin Sasoiko fruta Macarrones integrales con tomate Tortilla de patata y chorizo al horno con ensalada Fruta de temporada	Dilistak bertako barazkiekin Solomo freskoa entsaladarekin Sasoiko fruta Lentejas con verduras locales Lomo fresco con ensalada Fruta de temporada	Patatak errioxar erara Oilasko fajita integrala Aihoria Patatas a la riojana Fajita integral de pollo y verduras Natillas	Garbantzuak bertako barazkiekin Legatza marinela saltsan Sasoiko fruta Garbanzos con verduras locales Merluza en salsa marinera Fruta de temporada					
Barazki - Arraultz - Fruta Verdura - Huevo - Fruta	Barazki - Arraina - Esnekia Verdura - Pescado - Lácteo	Krema - Arraultz - Jogurta Crema - Huevo - Yogur	Pasta - Arraina - Fruta Pasta - Pescado - Fruta	Arroza - Hegazti - Jogurta Arroz - Ave - Yogur					
17 Kcal 702 HC 78 Lip 25 Prot 45	18 Kcal 907 HC 139 Lip 34 Prot 22	19 Kcal 933 HC 76 Lip 44 Prot 61	20 Kcal 763 HC 68 Lip 43 Prot 27	21 Kcal 798 HC 98 Lip 29 Prot 41					
Porrusalda krema Txahal-gisatua barazki-saltsan Jogurta Crema de purrusalda Guisado de ternera en salsa de verduras Yogur	Haragi-paella Hegaluze-enpanadillak entsaladarekin Sasoiko fruta Paella de carne Empanadillas de bonito con ensalada Fruta de temporada	Patatak saltsa berdean Oilasko-izterra errea txanpiñoiekin Sasoiko fruta Patatas en salsa verde Muslo de pollo asado con champiñones Fruta de temporada	Barazki-menestra Patata eta hegalabur tortila labean entsaladarekin Gazta txikia Menestra de verduras Tortilla de patata y atun al horno con ensalada Quesitos	Indaba zuriak bertako barazkiekin Tipalia arrautzaztatua maionesarekin Sasoiko fruta Alubias blancas con verduras locales Tilapia a la romana con mahonesa Fruta de temporada					
Pasta - Arraina - Fruta Pasta - Pescado - Fruta	Barazki - Haragi - Jogurta Verdura - Carne - Yogur	Barazki - Hegazti - Jogurta Verdura - Ave - Yogur	Arroza - Arraina - Fruta Arroz - Pescado - Fruta	Zopa - Arraultz - Jogurta Sopa - Huevo - Yogur					
24 Kcal 770 HC 96 Lip 25 Prot 41	25 Kcal 748 HC 116 Lip 20 Prot 31	26 Kcal 665 HC 81 Lip 30 Prot 19	27 Kcal 648 HC 71 Lip 19 Prot 49	28 Kcal 816 HC 108 Lip 24 Prot 46					
Dilistak bertako barazkiekin Solomo ontzutua entsaladarekin Sasoiko fruta Lentejas con verduras locales Lomo adobado con ensalada Fruta de temporada	Barazki-paella Abadira arrautzaztatua entsaladarekin Sasoiko fruta Paella vegetal Abadejo a la romana con ensalada Fruta de temporada	Bertako barazki-krema Patata tortila labean entsaladarekin Sasoiko fruta Crema de verduras locales Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta de temporada	Hegazti-zopa fideo integralekin Indioilar gisatua piper eta lekekin Esnekia Sopa de ave con fideos integrales Pavo guisado con pimientos y vainas Lacteo	Indaba gorriak bertako barazkiekin Izokina errioxar erara Flana Alubias rojas con verduras locales Salmon a la riojana Flan					
Barazki - Arraina - Esnekia Verdura - Pescado - Lácteo	Krema - Arraultz - Jogurta Crema - Huevo - Yogur	Pasta - Arraina - Fruta Pasta - Pescado - Fruta	Krema - Arraultz - Fruta Crema - Huevo - Fruta	Barazki - Haragi - Fruta Verdura - Carne - Fruta					
31 Kcal 793 HC 70 Lip 47 Prot 25									
Bertako kalabaza-krema Hegazti-saltxitxa freskoak entsaladarekin Sasoiko fruta Crema de calabaza local Salchichas frescas de ave con ensalada Fruta de temporada									
Patata - Arraultz - Jogurta Patata - Huevo - Yogur									