



ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
				1 Kcal 643 HC 91 Lip 24 Prot 20 Bertako kui krema ogi integral txigortuarekin Patata tortila entsaladarekin Fruta freskoa Crema de calabaza local con picatostes integrales Tortilla de patata con ensalada Fruta fresca Patata - Arraina - Yogurra Patata - Pescado - Yogur
4 Kcal 819 HC 106 Lip 25 Prot 47 Patatak errioxar erara Bakailoa tomatearekin Fruta freskoa Patatas a la riojana Bacalao con tomate Fruta fresca	5 Kcal 736 HC 79 Lip 36 Prot 26 Bertoko barazki krema ogi integrala txigortuarekin Hanburgesa ketchuparekin Fruta freskoa Crema de verduras locales con picatostes integrales Hamburguesa con ketchup Fruta fresca	6 Kcal 733 HC 100 Lip 22 Prot 36 Dilistak bertako barazkiekin Patata tortila entsaladarekin Jogurra Lentejas con verduras locales Tortilla de patata con ensalada Yogur	7 Kcal 797 HC 116 Lip 25 Prot 33 Haragizko fideua Legatz arrautzaztatua entsaladarekin Fruta freskoa Fideua de carne Merluza a la romana con ensalada Fruta fresca	8 Kcal 745 HC 91 Lip 22 Prot 48 Garbantzuak bertako kuiarekin Oilasko petxuga txanpiñoekin Fruta freskoa Garbanzos con calabaza local Pechuga de pollo con champiñones Fruta fresca
Barazki - Arrautz - Yogurra Verdura - Huevo - Yogur	Arroza - Hegazti - Esnekia Arroz - Ave - Lácteo	Barazki - Arraina - Fruta Verdura - Pescado - Fruta	Entsalada - Arrautz - Esnekia Ensalada - Huevo - Lácteo	Entsalada - Arraina - Yogurra Ensalada - Pescado - Yogur
11	12	13 Kcal 662 HC 68 Lip 31 Prot 29 Hegazti zopa fideoekin Arrautz frijituak patata frijituarekin Fruta freskoa Sopa de ave con fideos Huevos fritos con patatas fritas Fruta fresca	14 Kcal 637 HC 76 Lip 18 Prot 40 Leka krema patatekin Solomo adobatuta piper gorriekin Fruta freskoa Crema de vainas con patatas Lomo adobado con pimientos rojos Fruta fresca	15 Kcal 789 HC 121 Lip 19 Prot 38 Arroza tomatearekin Bakailoa erromatar erara entsaladarekin Fruta freskoa Arroz con tomate Bacalao a la romana con ensalada Fruta fresca
		Barazki - Hegazti - Fruta Verdura - Ave - Fruta	Pasta - Arraina - Yogurra Pasta - Pescado - Yogur	Krema - Haragi - Yogurra Crema - Carne - Yogur
18 Kcal 797 HC 110 Lip 24 Prot 41 Makarroiak italiar erara Legatza saltsa berdean Fruta freskoa Macarrones italiana Merluza en salsa verde Fruta fresca	19 Kcal 807 HC 104 Lip 26 Prot 40 Indaba gorriak bertako barazkiekin Oilasko b ularki azenarioekin Fruta freskoa Alubias rojas con verduras locales Pechugas de pollo con zanahoria baby Fruta fresca	20 Kcal 664 HC 90 Lip 25 Prot 23 Bertoko barazki krema ogi integrala txigortuarekin Patata tortila entsaladarekin Jogurra Crema de verduras locales con picatostes integrales Tortilla de patata con ensalada Yogur	21 Kcal 712 HC 125 Lip 15 Prot 24 Arroza integrala bertoko barazkiekin Hegalabur hanburgesa tomate saltsan Fruta freskoa Arroz integral con verduras locales Hamburguesa de atun en salsa de tomate Fruta fresca	22 Kcal 860 HC 88 Lip 29 Prot 66 Garbantzuak bertako barazkiekin Oilasko izterra entsaladarekin Fruta freskoa Garbanzos con verduras locales Muslo de pollo con ensalada Fruta fresca
Entsalada - Hegazti - Yogurra Ensalada - Ave - Yogur	Krema - Arrautz - Yogurra Crema - Huevo - Yogur	Pasta - Arraina - Fruta Pasta - Pescado - Fruta	Barazki - Arrautz - Yogurra Verdura - Huevo - Yogur	Zopa - Haragi - Esnekia Sopa - Carne - Lácteo
25 Kcal 812 HC 157 Lip 8 Prot 33 Dilistak bertako barazkiekin Arroza tomatearekin Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Arroz con tomate Fruta fresca	26 Kcal 645 HC 83 Lip 24 Prot 23 Leka krema patatekin Patata tortila entsaladarekin Fruta freskoa Crema de vainas con patatas Tortilla de patata con ensalada Fruta fresca	27 Kcal 762 HC 106 Lip 23 Prot 37 Karakolilloak tomatearekin Legatz arrautzaztatua entsaladarekin Jogurra Caracolillos con tomate Merluza a la romana con ensalada Yogur	28 Kcal 826 HC 88 Lip 42 Prot 26 Porrusalda krema ogi integrala txigortuarekin Haragi bolak saltsan jardineran erara Fruta freskoa Crema de purreusalda con picatostes integrales Albondigas a la jardinera Fruta fresca	29 Kcal 772 HC 100 Lip 23 Prot 41 Indaba zuriak bertako barazkiekin Bakailua labean patatekin Fruta freskoa Alubias blancas con verduras locales Bacalao al horno con panadera Fruta fresca
Barazki - Arraina - Esnekia Verdura - Pescado - Lácteo	Zopa - Haragi - Yogurra Sopa - Carne - Yogur	Barazki - Hegazti - Fruta Verdura - Ave - Fruta	Pasta - Arraina - Yogurra Pasta - Pescado - Yogur	Arroza - Arrautz - Yogurra Arroz - Huevo - Yogur