



ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
				<b>1</b> Kcal 643 HC 91 Lip 24 Prot 20  <b>Bertako kui krema ogi integral txigortuarekin</b> <b>Patata tortila entsaladarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Crema de calabaza local con picatostes integrales Tortilla de patata con ensalada Fruta fresca
<b>4</b> Kcal 819 HC 106 Lip 25 Prot 47  <b>Patatak errioxar erara</b> <b>Bakailoa tomatearekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Patatas a la riojana Bacalao con tomate Fruta fresca	<b>5</b> Kcal 736 HC 79 Lip 36 Prot 26  <b>Bertoko barazki krema ogi integrala txigortuarekin</b> <b>Hanburgesa ketchuparekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Crema de verduras locales con picatostes integrales Hamburguesa con ketchup Fruta fresca	<b>6</b> Kcal 733 HC 100 Lip 22 Prot 36  <b>Dilistak bertako barazkiekin</b> <b>Patata tortila entsaladarekin</b> <b>Jogurta</b> Lentejas con verduras locales Tortilla de patata con ensalada Yogur	<b>7</b> Kcal 797 HC 116 Lip 25 Prot 33  <b>Haragizko fideua</b> <b>Legatz arrautzaztatua entsaladarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Fideua de carne Merluza a la romana con ensalada Fruta fresca	<b>8</b> Kcal 594 HC 72 Lip 19 Prot 37  <b>Kui krema ogi integral txigortuarekin</b> <b>Oilasko petxuga txanpiñoekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Crema de calabaza con picatostes integrales Pechuga de pollo con champiñones Fruta fresca
<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b> Kcal 662 HC 68 Lip 31 Prot 29  <b>Hegazti zopa fideoekin</b> <b>Arrautz frijituak patata frijituarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Sopa de ave con fideos Huevos fritos con patatas fritas Fruta fresca	<b>14</b> Kcal 637 HC 76 Lip 18 Prot 40  <b>Leka krema patatekin</b> <b>Solomo adobatuta piper gorriekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Crema de vainas con patatas Lomo adobado con pimientos rojos Fruta fresca	<b>15</b> Kcal 789 HC 121 Lip 19 Prot 38  <b>Arroza tomatearekin</b> <b>Bakailoa erromatar erara entsaladarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Arroz con tomate Bacalao a la romana con ensalada Fruta fresca
<b>18</b> Kcal 797 HC 110 Lip 24 Prot 41  <b>Makarroiak italiar erara</b> <b>Legatza saltsa berdean</b> <b>Fruta freskoa</b> Macarrones italiana Merluza en salsa verde Fruta fresca	<b>19</b> Kcal 807 HC 104 Lip 26 Prot 40  <b>Indaba gorriak bertako barazkiekin</b> <b>Oilasko b ularki azenarioekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Alubias rojas con verduras locales Pechugas de pollo con zanahoria baby Fruta fresca	<b>20</b> Kcal 664 HC 90 Lip 25 Prot 23  <b>Bertoko barazki krema ogi integrala txigortuarekin</b> <b>Patata tortila entsaladarekin</b> <b>Jogurta</b> Crema de verduras locales con picatostes integrales Tortilla de patata con ensalada Yogur	<b>21</b> Kcal 712 HC 125 Lip 15 Prot 24  <b>Arroza integrala bertoko barazkiekin</b> <b>Hegalabur hanburguesa tomate saltsan</b> <b>Fruta freskoa</b> Arroz integral con verduras locales Hamburguesa de atun en salsa de tomate Fruta fresca	<b>22</b> Kcal 730 HC 75 Lip 25 Prot 55  <b>Porrusalda</b> <b>Oilasko izterra entsaladarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> <b>Purrusalda</b> Muslo de pollo con ensalada Fruta fresca
<b>25</b> Kcal 812 HC 157 Lip 8 Prot 33  <b>Dilistak bertako barazkiekin</b> <b>Arroza tomatearekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Lentejas con verduras locales Arroz con tomate Fruta fresca	<b>26</b> Kcal 645 HC 83 Lip 24 Prot 23  <b>Leka krema patatekin</b> <b>Patata tortila entsaladarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Crema de vainas con patatas Tortilla de patata con ensalada Fruta fresca	<b>27</b> Kcal 762 HC 106 Lip 23 Prot 37  <b>Karakolilloak tomatearekin</b> <b>Legatz arrautzaztatua entsaladarekin</b> <b>Jogurta</b> Caracolillos con tomate Merluza a la romana con ensalada Yogur	<b>28</b> Kcal 826 HC 88 Lip 42 Prot 26  <b>Porrusalda krema ogi integrala txigortuarekin</b> <b>Haragi bolak saltsan jardinera erara</b> <b>Fruta freskoa</b> Crema de purrusalda con picatostes integrales Albondigas a la jardinera Fruta fresca	<b>29</b> Kcal 772 HC 100 Lip 23 Prot 41  <b>Indaba zuriak bertako barazkiekin</b> <b>Bakailua labean patatekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Alubias blancas con verduras locales Bacalao al horno con panadera Fruta fresca