



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
4 Kcal 820 HC 80 Lip 30 Prot 61 Patatak errioxar erara Oilasko izterra entsaladarekin Fruta freskoa Patatas a la riojana Muslo de pollo con ensalada Fruta fresca	5 Kcal 736 HC 79 Lip 36 Prot 26 Bertoko barazki krema ogi integrala txigortuarekin Hanburgesa ketchuparekin (d) Fruta freskoa Crema de verduras locales con picatostes integrales Hamburguesa con ketchup (d) Fruta fresca	6 Kcal 733 HC 100 Lip 22 Prot 36 Dilistak bertako barazkiekin Patata tortila entsaladarekin Jogurta Lentejas con verduras locales Tortilla de patata con ensalada Yogur	7 Kcal 788 HC 117 Lip 18 Prot 44 Haragizko fideua Indiolar gisatua entsaladarekin Fruta freskoa Fideua de carne Pavo guisado con ensalada Fruta fresca	8 Kcal 745 HC 91 Lip 22 Prot 48 Garbantzua bertako kuiarekin Oilasko petxuga txanpiñoekin Fruta freskoa Garbanzos con calabaza local Pechuga de pollo con champiñones Fruta fresca
11 JAIA FIESTA	12 JAIA FIESTA	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 (d) Fruta fresca	15 Kcal 763 HC 122 Lip 14 Prot 42 Arroza tomatearekin Indiolar gisatua entsaladarekin Fruta freskoa Arroz con tomate Pavo guisado con ensalada Fruta fresca
18 Kcal 758 HC 106 Lip 18 Prot 47 Makarroiak italiar erara Solomo adobatuta txanpiñoekin (d) Fruta freskoa Macarrones italiana Lomo adobado con champiñones (d) 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 Jogurta Crema de verduras locales con picatostes integrales Tortilla de patata con ensalada Yogur	21 Kcal 504 HC 108 Lip 5 Prot 12 Arroza integrala bertoko barazkiekin Txahal-hanburguesa entsaladarekin Fruta freskoa Arroz integral con verduras locales Hamburguesa 100% ternera con ensalada (d) Fruta fresca	22 Kcal 860 HC 88 Lip 29 Prot 66 Garbantzua bertako barazkiekin Oilasko izterra entsaladarekin Fruta freskoa Garbanzos con verduras locales Muslo de pollo con ensalada Fruta fresca
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 789 HC 107 Lip 22 Prot 44 Karakolilloak tomatearekin Solomo adobatuta entsaladarekin (d) Jogurta Caracolillos con tomate Lomo adobado con ensalada (d) Yogur	28 Kcal 826 HC 88 Lip 42 Prot 26 Porrusalda krema ogi integrala txigortuarekin Haragi bolak saltsan jardineria erara (d) Fruta freskoa Crema de purrusalda con picatostes integrales Albondigas a la jardineria (d) Fruta fresca	29 Kcal 706 HC 96 Lip 17 Prot 45 Indaba zuriak bertako barazkiekin Oilasko bularkia patatatekin Fruta freskoa Alubias blancas con verduras locales Pechuga de pollo con patatas Fruta fresca