



ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
<b>1</b>	<b>2</b> Kcal 797 HC 110 Lip 16 Prot 55	<b>3</b> Kcal 644 HC 82 Lip 19 Prot 40	<b>4</b> Kcal 772 HC 78 Lip 36 Prot 37	<b>5</b> Kcal 841 HC 90 Lip 25 Prot 66
JAIA  FIESTA	Dilistak bertako barazkiekin Hegalaburra tomatearekin Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Atun en salsa de tomate Fruta fresca	Patatak errioxar erara Indioilar bukarkia txanpiñoiekin Jogurta Patatas a la riojana Pechuga de pavo con champiñones Yogur	Azenario purea ogi integral txigortuarekin Solomo adobatuta patata frijituekin (d) Fruta freskoa Pure de zanahoria con picatostes integrales Lomo adobado con patatas fritas (d) Fruta fresca	Indaba gorriak bertako barazkiekin Oilasko izterra entsaladarekin Fruta freskoa Alubias rojas con verduras locales Muslo de pollo con ensalada Fruta fresca
<b>8</b> Kcal 741 HC 67 Lip 40 Prot 34	<b>9</b> Kcal 730 HC 98 Lip 14 Prot 55	<b>10</b> Kcal 799 HC 101 Lip 26 Prot 40	<b>11</b> Kcal 724 HC 73 Lip 25 Prot 55	<b>12</b> Kcal 692 HC 113 Lip 13 Prot 35
Lekak eta azenario purea Txerri txuleta labeen entsaladarekin Fruta freskoa Pure de vainas con zanahoria Chuleta de cerdo al horno con ensalada Fruta fresca	Indaba gorriak bertako barazkiekin Indioilar blanketa azenario eta ilarrekin Fruta freskoa Alubias rojas con verduras locales Blanqueta de pavo con zanahoria y guisantes Fruta fresca	Makarroiak italiar erara (zd) Makailoa labeen entsaladarekin Jogurta Macarrones italiana (dc) Bacalao al horno con ensalada Yogur	Bertako kui crema ogi integral txigortuarekin Oilasko izterra txanpiñoiekin Fruta freskoa Crema de calabaza local con picatostes integrales Muslo de pollo con champiñones Fruta fresca	Arroza tomatearekin Legatza labeen entsaladarekin Fruta freskoa Arroz con tomate Merluza al horno con ensalada Fruta fresca
<b>15</b> Kcal 635 HC 85 Lip 18 Prot 38	<b>16</b> Kcal 716 HC 68 Lip 24 Prot 57	<b>17</b> Kcal 804 HC 101 Lip 26 Prot 44	<b>18</b> Kcal 740 HC 99 Lip 22 Prot 37	<b>19</b> Kcal 812 HC 157 Lip 8 Prot 33
Bertako kui crema ogi integral txigortuarekin Solomo adobatuta piper gorriekin Fruta freskoa Crema de calabaza local con picatostes integrales Lomo adobado con pimientos rojos (d) Fruta fresca	Hegazti zopa arrozarekin Oilasko izterra entsaladarekin Fruta freskoa Sopa de ave con arroz Muslo de pollo con ensalada Fruta fresca	Indaba zuriak bertako barazkiekin Legatza labeen entsaladarekin Jogurta Alubias blancas con verduras locales Merluza al horno con ensalada Yogur	Makarroiak tomatearekin (zd) Oilasko petxuga entsaladarekin Fruta freskoa Macarrones con tomate (dc) Pechuga de pollo con ensalada Fruta fresca	Dilistak bertako barazkiekin Arroza tomatearekin Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Arroz con tomate Fruta fresca
<b>22</b> Kcal 743 HC 79 Lip 36 Prot 27	<b>23</b> Kcal 692 HC 113 Lip 13 Prot 35	<b>24</b> Kcal 832 HC 104 Lip 25 Prot 52	<b>25</b> Kcal 810 HC 82 Lip 27 Prot 55	<b>26</b> Kcal 933 HC 121 Lip 34 Prot 31
Bertoko barazki crema ogi integrala txigortuarekin Hanburgesa txanpiñoiekin (d) Fruta freskoa Crema de verduras locales con picatostes integrales Hamburguesa con champiñones (d) Fruta fresca	Arroza tomatearekin Legatza labeen entsaladarekin Fruta freskoa Arroz con tomate Merluza al horno con ensalada Fruta fresca	Indaba zuriak bertako barazkiekin Solomo adobatuta patata frijituekin (d) Jogurta Alubias blancas con verduras locales Lomo adobado con patatas fritas (d) Yogur	Leka purea patatekin Oilasko izterra jardinera erara Fruta freskoa Pure de vainas con patatas Muslo de pollo a la jardinera Fruta fresca	Espagetiak bolognesa erara (zd) Makailoa labeen piper gorriekin Fruta freskoa Espaguetis bolognesa (dc) Bacalao al horno con pimientos rojos Fruta fresca
<b>29</b> Kcal 620 HC 81 Lip 16 Prot 40	<b>30</b> Kcal 754 HC 95 Lip 22 Prot 42			
Bertako kui crema ogi integral txigortuarekin Indioilar gisatua entsaladarekin Fruta freskoa Crema de calabaza local con picatostes integrales Pavo guisado con ensalada Fruta fresca	Dilistak bertako barazkiekin Oilasko b ularki azenarioekin Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Pechugas de pollo con zanahoria baby Fruta fresca			