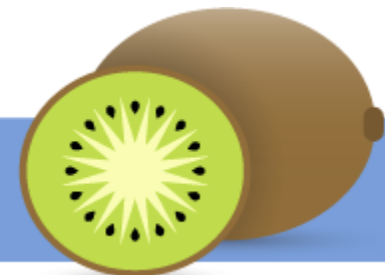




abendua - diciembre 2021



ASTELEHENA / LUNES					ASTEARTEA / MARTES					ASTEAZKENA / MIERCOLES					OSTEGUNA / JUEVES					OSTIRALA / VIERNES				
										1 Kcal 841 HC 114 Lip 26 Prot 43					2 Kcal 734 HC 96 Lip 17 Prot 53					3 Kcal 726 HC 91 Lip 20 Prot 43				
										Espiralak tomatearekin Legatz arrautzaztatua entsaladarekin Sojako postrea Espirales con tomate Merluza a la romana con ensalada Postre de soja					Garbantzuak bertako barazkiekin Indioilar gisatua jardinera erara Fruta freskoa Garbanzos con verduras locales Pavo guisado a la jardinera Fruta fresca				Leka purea patatekin Bakailoa tomatearekin Fruta freskoa Pure de vainas con patatas Bacalao con tomate Fruta fresca					
6					7					8					9 Kcal 812 HC 157 Lip 8 Prot 33					10 Kcal 651 HC 78 Lip 29 Prot 23				
JAIA					JAIA					JAIA					Dilistak bertako barazkiekin Arroza tomatearekin Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Arroz con tomate Fruta fresca					Azenario purea ogi integral txigortuarekin Arrautz frijituak patata frijituekin Fruta freskoa Pure de zanahoria con picatostes integrales Huevos fritos con patatas fritas Fruta fresca				
FIESTA					FIESTA					FIESTA														
13 Kcal 853 HC 138 Lip 18 Prot 42					14 Kcal 721 HC 112 Lip 16 Prot 36					15 Kcal 731 HC 70 Lip 26 Prot 56					16 Kcal 759 HC 109 Lip 24 Prot 32					17 Kcal 675 HC 69 Lip 28 Prot 38				
Arroza integrala bertoko barazkiekin Hegalaburra tomatearekin Fruta freskoa Arroz integral con verduras locales Atun en salsa de tomate Fruta fresca					Haragizko fideua Bakailaoa piper gorriekin Fruta freskoa Fideua de carne Bacalao con pimientos rojos Fruta fresca					Porru eta espinaka krema ogi integrala txigortuarekin Oilasko izterra entsaladarekin Sojako postrea Crema de puerros y espinacas con picatostes integrales Muslo de pollo con ensalada Postre de soja					Indaba zuriak bertako barazkiekin Patata tortila entsaladarekin Fruta freskoa Alubias blancas con verduras locales Tortilla de patata con ensalada Fruta fresca					Hegazti zopa fideoekin Legatz arrautzaztatua mahonesarekin Fruta freskoa Sopa de ave con fideos Merluza a la romana con mahonesa Fruta fresca				
20 Kcal 604 HC 81 Lip 26 Prot 19					21 Kcal 781 HC 106 Lip 19 Prot 52					22 Kcal 718 HC 89 Lip 18 Prot 51					23					24				
Lekak eta azenario purea Patata tortila entsaladarekin Sojako postrea Pure de vainas con zanahoria Tortilla de patata con ensalada Postre de soja					Makarroiak italiar erara Bakailua erromatar erara limoiarekin Fruta freskoa Macarrones italiana Bacalao a la romana con limon Fruta fresca					Dilistak bertako barazkiekin Solomo adobatuta entsaladarekin (d) Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Lomo adobado con ensalada (d) Fruta fresca					JAIA FIESTA					JAIA FIESTA				
27					28					29					30					31				
JAIA					JAIA					JAIA					JAIA					JAIA				
FIESTA					FIESTA					FIESTA					FIESTA					FIESTA				