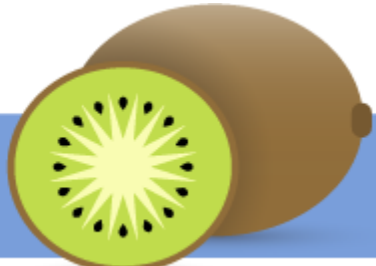




abendua - diciembre 2021



ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
		1 Kcal 855 Lip 27 HC 115 Prot 45	2 Kcal 717 Lip 11 HC 118 Prot 42	3 Kcal 722 Lip 20 HC 99 Prot 41
		Espiralak tomatearekin Legatz arrautzaztatua entsaladarekin Jogurta Espirales con tomate Merluza a la romana con ensalada Yogur	Barazki paela Indioilar gisatua jardinera erara Fruta freskoa Paella vegetal Pavo guisado a la jardinera Fruta fresca	Porrusalda krema ogi integrala txigortuarekin Bakailoa tomatearekin Fruta freskoa Crema de porrusalda con picatostes integrales Bacalao con tomate Fruta fresca
6	7	8	9 Kcal 798 Lip 19 HC 122 Prot 39	10 Kcal 651 Lip 29 HC 78 Prot 23
JAIA FIESTA	JAIA FIESTA	JAIA FIESTA	Arroza tomatearekin Solomo adobatuta entsaladarekin (d) Fruta freskoa Arroz con tomate Lomo adobado con ensalada (d) 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
13 Kcal 853 Lip 18 HC 138 Prot 42	14 Kcal 721 Lip 16 HC 112 Prot 36	15 Kcal 745 Lip 27 HC 70 Prot 58	16 Kcal 738 Lip 28 HC 98 Prot 27	17 Kcal 675 Lip 28 HC 69 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 Jogurta Crema de puerros y espinacas con picatostes integrales Muslo de pollo con ensalada Yogur	Patatak errioxar erara Patata tortila entsaladarekin Fruta freskoa Patatas a la riojana 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 670 Lip 25 HC 92 Prot 22	21 Kcal 781 Lip 19 HC 106 Prot 52	22 Kcal 910 Lip 25 HC 137 Prot 39	23	24
Azenario purea ogi integral txigortuarekin Patata tortila entsaladarekin Jogurta Pure de zanahoria con picatostes integrales Tortilla de patata con ensalada Yogur	Makarroiak italiar erara Bakailua erromatar erara limoiarekin Fruta freskoa Macarrones italiana Bacalao a la romana con limon Fruta fresca	Barazki paela Solomo adobatuta entsaladarekin (d) Postre berezia Paella vegetal Lomo adobado con ensalada (d) Postre especial	JAIA FIESTA	JAIA FIESTA
27	28	29	30	31
JAIA FIESTA	JAIA FIESTA	JAIA FIESTA	JAIA FIESTA	JAIA FIESTA