



september - septiembre 2022

| ASTELEHENA / LUNES | | | | ASTEARTEA / MARTES | | | | ASTEAZKENA / MIERCOLES | | | | OSTEGUNA / JUEVES | | | | OSTIRALA / VIERNES | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|---|--|--|--|---|--|--|--|--|--|--|--|
| | | | | | | | | | | | | 1 | | | | 2 | | | |
| | | | | | | | | | | | | JAIA | | | | JAIA | | | |
| | | | | | | | | | | | | FIESTA | | | | FIESTA | | | |
| 5 | | | | 6 | | | | 7 | | | | 8 | | | | 9 | | | |
| JAIA | | | | JAIA | | | | JAIA | | | | JAIA | | | | Kirikilak tomatearekin Hamburguesa txanpinoiekin (d) Fruta freskoa Espirales con tomate Hamburguesa con champiñones (d) Fruta fresca | | | |
| FIESTA | | | | FIESTA | | | | FIESTA | | | | FIESTA | | | | | | | |
| 12 | | | | 13 | | | | 14 | | | | 15 | | | | 16 | | | |
| Kcal 812 HC 157 Lip 8 Prot 33 | | | | Kcal 643 HC 91 Lip 24 Prot 20 | | | | Kcal 748 HC 106 Lip 22 Prot 35 | | | | Kcal 597 HC 64 Lip 19 Prot 40 | | | | Kcal 669 HC 93 Lip 14 Prot 45 | | | |
| Dilistak bertako barazkiekin Arroza tomatearekin Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Arroz con tomate Fruta fresca | | | | Kalabaza-krema ogi integral txigortuekin Patata tortila entsaladarekin Fruta freskoa Crema de calabaza con picatostes integrales Tortilla de patata con ensalada Fruta fresca | | | | Makarroiak tomatearekin Legatza arrautzaztatua entsaladarekin Sojako postrea Macarrones con tomate Merluza a la romana con ensalada Postre de soja | | | | Leka purea patatekin Oilasko-bularkia txanpinoiekin Fruta freskoa Pure de vainas con patatas Pechuga de pollo con champiñones Fruta fresca | | | | Babarrun gorriak bertako barazkiekin Bakailaoa piper gorriekin Fruta freskoa Alubias rojas con verduras locales Bacalao con pimientos rojos Fruta fresca | | | |
| 19 | | | | 20 | | | | 21 | | | | 22 | | | | 23 | | | |
| Kcal 682 HC 91 Lip 21 Prot 39 | | | | Kcal 772 HC 95 Lip 30 Prot 36 | | | | Kcal 605 HC 79 Lip 14 Prot 43 | | | | Kcal 714 HC 108 Lip 16 Prot 38 | | | | Kcal 798 HC 106 Lip 21 Prot 50 | | | |
| Lekak eta azenario purea Hegalaburra tomatearekin Fruta freskoa Pure de vainas con zanahoria Atun en salsa de tomate Fruta fresca | | | | Babarrun zuriak bertako kalabazarekin Arrautza frijituak patata frijituarekin Fruta freskoa Alubias blancas con calabaza local Huevos fritos con patatas fritas Fruta fresca | | | | Barazki-krema ogi integral txigortuekin Indioilar gisatua jardinerara erara Sojako postrea Crema de verduras con picatostes integrales Pavo guisado a la jardinerara Postre de soja | | | | Barazki-paella Oilasko-bularkia entsaladarekin Fruta freskoa Paella vegetal Pechuga de pollo con ensalada Fruta fresca | | | | Barraskiloak italiar erara Legatza labean entsaladarekin Fruta freskoa Caracolillos italiana Merluza al horno con ensalada Fruta fresca | | | |
| 26 | | | | 27 | | | | 28 | | | | 29 | | | | 30 | | | |
| Kcal 706 HC 100 Lip 20 Prot 34 | | | | Kcal 525 HC 70 Lip 14 Prot 33 | | | | Kcal 936 HC 107 Lip 28 Prot 68 | | | | Kcal 798 HC 98 Lip 31 Prot 34 | | | | Kcal 998 HC 100 Lip 54 Prot 28 | | | |
| Dilistak bertako barazkiekin Patata tortila entsaladarekin Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Tortilla de patata con ensalada Fruta fresca | | | | Bertako barazki-krema Bakailaoa piper gorriekin Fruta freskoa Crema de verduras locales Bacalao con pimientos rojos Fruta fresca | | | | Kirikilak tomatearekin Oilasko-izterra entsaladarekin Sojako postrea Espirales con tomate Muslo de pollo con ensalada Postre de soja | | | | Garbantzua bertako barazkiekin Legatza maionesarekin Fruta freskoa Garbanzos con verduras locales Merluza con mahonesa Fruta fresca | | | | Patatak errioxar erara Albondigak barazki-saltsan (d) Fruta freskoa Patatas a la riojana Albondigas en salsa de verduras (d) Fruta fresca | | | |