



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 Oilasko-izterra txanpinoiekin Fruta freskoa Espirales con tomate Muslo de pollo con champiñones Fruta fresca			
FIESTA				FIESTA				FIESTA				FIESTA							
12				13				14				15				16			
Kcal 763 HC 122 Lip 14 Prot 42				Kcal 643 HC 91 Lip 24 Prot 20				Kcal 949 HC 116 Lip 36 Prot 41				Kcal 690 HC 79 Lip 23 Prot 43				Kcal 559 HC 78 Lip 14 Prot 33			
Arroza tomatearekin Indioilar gisatua entsaladarekin Fruta freskoa Arroz con tomate Pavo guisado con ensalada 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				Makarroi integralak aurora saltsan Legatza arrautzaztatua entsaladarekin Jogurta Macarrones integrales con salsa aurora Merluza a la romana con ensalada Yogur				Patatak errioxar erara Oilasko-bularkia txanpinoiekin Fruta freskoa Patatas a la riojana Pechuga de pollo con champiñones Fruta fresca				Porrusalda Bakailaoa piper gorriekin Fruta freskoa Purrusalda Bacalao con pimientos rojos Fruta fresca			
19				20				21				22				23			
Kcal 756 HC 80 Lip 23 Prot 60				Kcal 691 HC 81 Lip 31 Prot 26				Kcal 619 HC 79 Lip 15 Prot 44				Kcal 714 HC 108 Lip 16 Prot 38				Kcal 798 HC 106 Lip 21 Prot 50			
Barazki purea Hegalaburra tomatearekin Fruta freskoa Pure de verduras Atun en salsa de tomate Fruta fresca				Patatak barazkiekin Arrautza frijituak patata frijituekin Fruta freskoa Patatas con verduras Huevos fritos con patatas fritas Fruta fresca				Barazki-krema ogi integral txigortuekin Indioilar gisatua jardinera erara Jogurta Crema de verduras con picatostes integrales Pavo guisado a la jardinera Yogur				Barazki-paella Oilasko-bularkia entsaladarekin Fruta freskoa Paella vegetal Pechuga de pollo con ensalada Fruta fresca				Barraskiloak italiar erara Legatza labeen entsaladarekin Fruta freskoa Caracolillos italiana Merluza al horno con ensalada Fruta fresca			
26				27				28				29				30			
Kcal 649 HC 93 Lip 23 Prot 20				Kcal 525 HC 70 Lip 14 Prot 33				Kcal 950 HC 108 Lip 29 Prot 70				Kcal 671 HC 108 Lip 17 Prot 26				Kcal 650 HC 79 Lip 19 Prot 44			
Porrusalda Patata tortila entsaladarekin Fruta freskoa Purrusalda 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 Jogurta Espirales con tomate Muslo de pollo con ensalada Yogur				Barazki-paella Legatza maionesarekin Fruta freskoa Paella vegetal Merluza con mahonesa Fruta fresca				Patatak errioxar erara Indioilar bularkia saltsan Fruta freskoa Patatas a la riojana Pechuga de pavo en salsa Fruta fresca			