



ASTELEHENA / LUNES					ASTEARTEA / MARTES					ASTEAZKENA / MIERCOLES					OSTEGUNA / JUEVES					OSTIRALA / VIERNES					
1					2					3					4					5					
JAIA					JAIA					JAIA					JAIA					JAIA					
FIESTA					FIESTA					FIESTA					FIESTA					FIESTA					
8	Kcal	812	HC	157	9	Kcal	604	HC	77	10	Kcal	775	HC	107	11	Kcal	809	HC	88	12	Kcal	739	HC	91	
	Lip	8	Prot	33		Lip	16	Prot	40		Lip	20	Prot	48		Lip	23	Prot	67		Lip	26	Prot	38	
Dilistak bertako barazkiekin Arroza tomatearekin Sasoiko fruta Lentejas con verduras locales Arroz con tomate Fruta de temporada					Bertako kalabaza-krema Indioilar gisatua entsaladarekin Sasoiko fruta Crema de calabaza local Pavo guisado con ensalada Fruta de temporada					Makarroiak tomate eta gaztarekin (zd) Bakailaoa labean entsaladarekin Jogurta Macarrones con tomate y queso (dc) Bacalao al horno con ensalada Yogur					Garbantzuak bertako barazkiekin Oilasko-izterra txanpinoiekin Sasoiko fruta Garbanzos con verduras locales Muslo de pollo con champiñones Fruta de temporada					Patatak errioxar erara Legatza saltsa berdean Sasoiko fruta Patatas a la riojana Merluza en salsa verde Fruta de temporada					
15	Kcal	700	HC	78	16	Kcal	758	HC	107	17	Kcal	687	HC	79	18	Kcal	865	HC	99	19	Kcal	718	HC	108	
	Lip	25	Prot	44		Lip	22	Prot	34		Lip	23	Prot	38		Lip	37	Prot	39		Lip	18	Prot	37	
Bertoko barazki krema ogi integral txigortuarekin Txahal-gisatua patata frijituekin Sasoiko fruta Crema de verduras locales con picatostes integrales Guisado de ternera con patatas fritas Fruta de temporada					Bolognesa espagetiak (zd) Legatza labean piper gorriekin Sasoiko fruta Espaguetis bolognesa (dc) Merluza al horno con pimientos rojos Fruta de temporada					Lekak patatekin Oilasko-bularkia entsaladarekin Jogurta Vainas con patatas Pechuga de pollo con ensalada Yogur					Indaba zuriak bertako barazkiekin Hanburgesa txanpinoiekin (d) Sasoiko fruta Alubias blancas con verduras locales Hamburguesa con champiñones (d) Fruta de temporada					Haragi-paella Bakailaoa labean entsaladarekin Sasoiko fruta Paella de carne Bacalao al horno con ensalada Fruta de temporada					
22	Kcal	619	HC	79	23	Kcal	767	HC	100	24	Kcal	733	HC	46	25	EZ DAGO MENURIK					26	Kcal	740	HC	85
	Lip	16	Prot	41		Lip	22	Prot	46		Lip	35	Prot	60	NO HAY MENU						Lip	21	Prot	56	
Bertoko barazki krema ogi txigortuarekin Indioilar gisatua entsaladarekin Sasoiko fruta Crema de verduras locales con picatostes Pavo guisado con ensalada Fruta de temporada					Indaba gorriak bertako barazkiekin Legatza labean okin patatekin Sasoiko fruta Alubias rojas con verduras locales Merluza al horno con panadera Fruta de temporada					Entsalada mistoa (d) Oilasko-izterra patatekin Jogurta Ensalada mixta (d) Muslo de pollo con patatas Yogur										Marmitakoa Indioilar bularkia entsaladarekin Sasoiko fruta Marmitako Pechuga de pavo con ensalada Fruta de temporada					
29	Kcal	742	HC	119	30	Kcal	890	HC	97																
	Lip	13	Prot	42		Lip	38	Prot	40																
Barazki-paella Bakailaoa errioxako erara Sasoiko fruta Paella vegetal Bacalao a la riojana Fruta de temporada					Dilistak bertako barazkiekin Albondigak jardineran (d) Sasoiko fruta Lentejas con verduras locales Albondigas a la jardinera (d) Fruta de temporada																				