



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	620	HC	87	10	Kcal	903	HC	123	11	Kcal	809	HC	88	12	Kcal	885	HC	92
	Lip	8	Prot	33		Lip	23	Prot	19		Lip	26	Prot	51		Lip	23	Prot	67		Lip	39	Prot	44
Dilistak bertako barazkiekin Arroza tomatearekin Sasoiko fruta Lentejas con verduras locales Arroz con tomate Fruta de temporada					Bertako kalabaza-krema Patata tortila entsaladarekin Sasoiko fruta Crema de calabaza local Tortilla de patata con ensalada Fruta de temporada					Barraskiloak tomate eta gaztarekin Txahal biribilkia entsaladarekin Jogurta Caracolillos con tomate y queso Redondo de ternera 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 Txerri-txuleta labean piper gorriekin Sasoiko fruta Patatas a la riojana Chuleta de cerdo al horno con pimientos rojos Fruta de temporada				
15	Kcal	645	HC	76	16	Kcal	792	HC	111	17	Kcal	687	HC	79	18	Kcal	858	HC	98	19	Kcal	899	HC	110
	Lip	29	Prot	24		Lip	21	Prot	45		Lip	23	Prot	38		Lip	36	Prot	38		Lip	27	Prot	58
Bertoko barazki krema ogi integral txigortuarekin Arrautza frijituak patata frijituekin Sasoiko fruta Crema de verduras locales con picatostes integrales Huevos fritos con patatas fritas Fruta de temporada					Bolognesa espagetiak Solomo ontzutua piper gorriekin Sasoiko fruta Espaguetis bolognesa Lomo adobado 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 ketchup-arekin (d) Sasoiko fruta Alubias blancas con verduras locales Hamburguesa con ketchup (d) Fruta de temporada					Haragi-paella Oilasko-izterra entsaladarekin Sasoiko fruta Paella de carne Muslo de pollo con ensalada Fruta de temporada				
22	Kcal	635	HC	89	23	Kcal	889	HC	95	24	Kcal	733	HC	46	25	Kcal	789	HC	111	26	Kcal	741	HC	86
	Lip	23	Prot	21		Lip	37	Prot	48		Lip	35	Prot	60		Lip	20	Prot	46		Lip	23	Prot	50
Bertako barazki krema ogi txigortuarekin Patata tortila entsaladarekin Sasoiko fruta Crema de verduras locales con picatostes Tortilla de patata con ensalada Fruta de temporada					Indaba gorriak bertako barazkiekin Txerri-txuleta patatekin Sasoiko fruta Alubias rojas con verduras locales Chuleta de cerdo con patatas Fruta de temporada					Entsalada mistoa (d) Oilasko-izterra patatekin Jogurta Ensalada mixta (d) Muslo de pollo con patatas Yogur					Makarroiak italiar erara Solomo ontzutua piper gorriekin Sasoiko fruta Macarrones italiana Lomo adobado con pimientos rojos Fruta de temporada					Patatak errioxar erara Indioilar bularkia entsaladarekin Sasoiko fruta Patatas a la riojana Pechuga de pavo con ensalada Fruta de temporada				
29	Kcal	731	HC	109	30	Kcal	890	HC	97															
	Lip	16	Prot	41		Lip	38	Prot	40															
Fideua barazkiekin Solomo freskoa piper gorriekin Sasoiko fruta Fideua con verduras Lomo fresco con pimientos rojos Fruta de temporada					Dilistak bertako barazkiekin Albondigak jardineran (d) Sasoiko fruta Lentejas con verduras locales Albondigas a la jardinera (d) Fruta de temporada																			