



ASTELEHENA / LUNES					ASTEARTEA / MARTES				ASTEAZKENA / MIERCOLES					OSTEGUNA / JUEVES					OSTIRALA / VIERNES					
										1	Kcal	840	HC	110	2	Kcal	630	HC	79	3	Kcal	824	HC	111
										Lip	28	Prot	41	Lip	19	Prot	39	Lip	29	Prot	34			
										Makarroiak tomatearekin Legatza arrautzaztatua entsaladarekin Jogurta Macarrones con tomate Merluza a la romana con ensalada Yogur					Patata gisatuak Solomoa labean txanpinoiekin Sasoiko fruta Patatas guisadas Lomo fresco al horno con champiñones Fruta de temporada					Garbantzua k bertako barazkiekin Patata tortila piper gorriekin Sasoiko fruta Garbanzos con verduras locales Tortilla de patata con pimientos rojos Fruta de temporada				
										Barazki - Hegazti - Fruta Verdura - Ave - Fruta					Zopa - Arraultz - Esnekia Sopa - Huevo - Lácteo					Barazki - Haragi - Jogurta Verdura - Carne - Yogur				
6	Kcal	599	HC	68	7	Kcal	798	HC	106	8	Kcal	646	HC	83	9	Kcal	674	HC	108	10	Kcal	823	HC	101
Lip	30	Prot	21	Lip	21	Prot	50	Lip	14	Prot	46	Lip	12	Prot	39	Lip	28	Prot	46	Lip	28	Prot	46	
Leka azenarioarekin Arrautza frijituak patata frijituekin Sasoiko fruta Vainas con zanahoria Huevos fritos con patatas fritas Fruta de temporada					Barraskiloak italiar erara Bakailaoa labean entsaladarekin Sasoiko fruta Caracolillos italiana Bacalao al horno con ensalada Fruta de temporada					Porrusalda Indioilar gisatua jardiner erara Esnea Porrusalda Pavo guisado a la jardiner Leche					Barazki-paella Oilasko-bularkia piper gorriekin Sasoiko fruta Paella vegetal Pechuga de pollo con pimientos rojos Fruta de temporada					Indaba zuriak bertako barazkiekin Legatza arrautzaztatua entsaladarekin Sasoiko fruta Alubias blancas con verduras locales Merluza a la romana con ensalada Fruta de temporada				
Arroza - Arraina - Jogurta Arroz - Pescado - Yogur					Entsalada - Haragi - Jogurta Ensalada - Carne - Yogur					Zopa - Arraultz - Fruta Sopa - Huevo - Fruta					Krema - Arraina - Jogurta Crema - Pescado - Yogur					Barazki - Hegazti - Jogurta Verdura - Ave - Yogur				
13	Kcal	645	HC	79	14	Kcal	706	HC	100	15	Kcal	779	HC	83	16	Kcal	659	HC	102	17	Kcal	763	HC	108
Lip	20	Prot	40	Lip	20	Prot	34	Lip	38	Prot	29	Lip	13	Prot	38	Lip	21	Prot	41	Lip	21	Prot	41	
Patatak errioxar erara Legatza labean entsaladarekin Sasoiko fruta Patatas a la riojana Merluza al horno con ensalada Fruta de temporada					Dilistak bertako barazkiekin Patata tortila entsaladarekin Sasoiko fruta Lentejas con verduras locales Tortilla de patata con ensalada Fruta de temporada					Barazki-krema ogi integral txigortuekin Hanburgesa tomate-saltsarekin Jogurta Crema de verduras con picatostes integrales Hamburguesa con salsa de tomate Yogur					Makarroiak tomatearekin Bakailaoa piper gorriekin Sasoiko fruta Macarrones con tomate Bacalao con pimientos rojos Fruta de temporada					Haragi-paella Oilasko-bularkia txanpinoiekin Sasoiko fruta Paella de carne Pechuga de pollo con champiñones Fruta de temporada				
Barazki - Hegazti - Jogurta Verdura - Ave - Yogur					Arroza - Arraina - Esnekia Arroz - Pescado - Lácteo					Zopa - Arraina - Fruta Sopa - Pescado - Fruta					Barazki - Arraultz - Esnekia Verdura - Huevo - Lácteo					Krema - Arraina - Esnekia Crema - Pescado - Lácteo				
20	Kcal	812	HC	157	21	Kcal	765	HC	87	22	Kcal	582	HC	83	23	Kcal	768	HC	95	24	Kcal	835	HC	113
Lip	8	Prot	33	Lip	31	Prot	37	Lip	17	Prot	24	Lip	29	Prot	35	Lip	28	Prot	36	Lip	28	Prot	36	
Dilistak bertako barazkiekin Arroza tomatearekin Sasoiko fruta Lentejas con verduras locales Arroz con tomate Fruta de temporada					Patata gisatuak Legatza arrautzaztatua entsaladarekin Sasoiko fruta Patatas guisadas Merluza a la romana con ensalada Fruta de temporada					Kalabazin krema ogi txigortuekin Oilasko fajita integrala barazkiekin Jogurta Crema de calabacin con picatostes Fajita integral de pollo y verduras Yogur					Indaba gorriak bertako barazkiekin Arrautza frijituak patata frijituekin Sasoiko fruta Alubias rojas con verduras locales Huevos fritos con patatas fritas Fruta de temporada					Kirikilak bolognesa erara Solomo freskoa entsaladarekin Sasoiko fruta Espirales bolognesa Lomo fresco con ensalada Fruta de temporada				
Barazki - Haragi - Jogurta Verdura - Carne - Yogur					Krema - Arraultz - Esnekia Crema - Huevo - Lácteo					Pasta - Arraina - Fruta Pasta - Pescado - Fruta					Barazki - Haragi - Jogurta Verdura - Carne - Yogur					Entsalada - Hegazti - Fruta Ensalada - Ave - Fruta				
27	Kcal	637	HC	89	28	Kcal	830	HC	80	29	Kcal	831	HC	125	30	Kcal	852	HC	91	31				
Lip	24	Prot	21	Lip	42	Prot	29	Lip	22	Prot	37	Lip	26	Prot	68									
Barazki-krema ogi integral txigortuekin Patata tortila entsaladarekin Sasoiko fruta Crema de verduras con picatostes integrales Tortilla de patata con ensalada Fruta de temporada					Lekak patatekin Albondigak jardineran Sasoiko fruta Vainas con patatas Albondigas a la jardiner Fruta de temporada					Arroza tomatearekin Legatza arrautzaztatua piper gorriekin Jogurta Arroz con tomate Merluza a la romana con pimientos rojos Yogur					Babarrun zuriak kalabazarekin Oilasko-izterra entsaladarekin Sasoiko fruta Alubias blancas con calabaza Muslo de pollo con ensalada Fruta de temporada					JAIA <				