



ASTELEHENA / LUNES					ASTEARTEA / MARTES					ASTEAZKENA / MIERCOLES					OSTEGUNA / JUEVES					OSTIRALA / VIERNES				
2	Kcal	745	HC	100	3	Kcal	795	HC	77	4	Kcal	809	HC	79	5	Kcal	821	HC	129	6	Kcal	627	HC	60
	Lip	20	Prot	47		Lip	42	Prot	28		Lip	44	Prot	28		Lip	23	Prot	30		Lip	26	Prot	34
Dilistak barazkiekin Abadira arrautzatzatua piper gorriekin Sasoiko fruta Lentejas con verduras Abadejo a la romana con pimientos rojos Fruta de temporada					Hegazti-zopa fideoekin Patata eta hegalabur tortila labean entsaladarekin Sasoiko fruta Sopa de ave con fideos Tortilla de patata y atun al horno con ensalada Fruta de temporada					Porrusalda Hegazti saltxitxa freskoak egosiak tomate saltsan Sasoiko fruta Purrusalda Salchichas frescas de ave cocidas con salsa de tomate Fruta de temporada					Arroza tomatearekin Solomo freskoa entsaladarekin Sasoiko fruta Arroz con tomate Lomo fresco con ensalada Fruta de temporada					Lekak patatekin Izokina saltsa berdean Gazta txikia eta irasagarra Vainas con patatas Salmon en salsa verde Quesito con membrillo				
Arroza - Arraultz - Jogurta Arroz - Huevo - Yogur					Entsalada - Arraina - Jogurta Ensalada - Pescado - Yogur					Barazki - Arraultz - Jogurta Verdura - Huevo - Yogur					Krema - Arraina - Jogurta Crema - Pescado - Yogur					Pasta - Hegazti - Fruta Pasta - Ave - Fruta				
9	Kcal	753	HC	101	10	Kcal	769	HC	73	11	Kcal	1007	HC	89	12	Kcal	802	HC	91	13	Kcal	810	HC	105
	Lip	30	Prot	19		Lip	38	Prot	38		Lip	44	Prot	67		Lip	32	Prot	40		Lip	31	Prot	31
Bertako barazki-krema Oilasko-kroketak entsaladarekin Flana Crema de verduras locales Croquetas de pollo con ensalada Flan					Hegazti-zopa fideoekin Txahal-hanburgesa 100% piper gorriekin Sasoiko fruta Sopa de ave con fideos Hamburguesa 100% vacuno con pimientos rojos Fruta de temporada					Dilistak barazkiekin Oilasko-izterra errea kalabazina eta azenarioekin Sasoiko fruta Lentejas con verduras Muslo de pollo asado con calabacin y zanahoria Fruta de temporada					Patatak errioxar erara Legatza arrautzatzatua entsaladarekin Sasoiko fruta Patatas a la riojana Merluza a la romana con ensalada Fruta de temporada					Indaba gorriak bertako barazkiekin Patata tortila labean entsaladarekin Sasoiko fruta Alubias rojas con verduras locales Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta de temporada				
Arroza - Arraina - Fruta Arroz - Pescado - Fruta					Entsalada - Arraultz - Jogurta Ensalada - Huevo - Yogur					Barazki - Arraina - Jogurta Verdura - Pescado - Yogur					Krema - Hegazti - Esnekia Crema - Ave - Lácteo					Barazki - Haragi - Fruta Verdura - Carne - Fruta				
16	Kcal	740	HC	96	17	Kcal	799	HC	114	18	Kcal	655	HC	77	19	Kcal	830	HC	112	20	Kcal	694	HC	119
	Lip	19	Prot	49		Lip	29	Prot	24		Lip	24	Prot	35		Lip	32	Prot	28		Lip	14	Prot	28
Garbantzuak barazkiekin Solomo ontzutua txanpinoiekin Sasoiko fruta Garbanzos con verduras Lomo adobado con champiñones Fruta de temporada					Makarroiak tomatearekin Patata tortila labean entsaladarekin Sasoiko fruta Macarrones con tomate Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta de temporada					Barazki-krema Oilasko-bularkia entsaladarekin Jogurta Crema de verduras y legumbre Pechuga de pollo con ensalada Yogur					Babarrun gorriak barazkiekin Hegazti san jakoboa entsaladarekin Sasoiko fruta Alubias rojas con verduras San jacoboa de ave con ensalada Fruta de temporada					Barazki-paella Legatza errioxar erara Sasoiko fruta Paella vegetal Merluza a la riojana Fruta de temporada				
Barazki - Haragi - Jogurta Verdura - Carne - Yogur					Krema - Arraina - Jogurta Crema - Pescado - Yogur					Zopa - Arraina - Fruta Sopa - Pescado - Fruta					Barazki - Arraultz - Esnekia Verdura - Huevo - Lácteo									
23	Kcal	904	HC	103	24	Kcal	802	HC	73	25	Kcal	781	HC	99	26	Kcal	971	HC	66	27	Kcal	753	HC	106
	Lip	40	Prot	36		Lip	43	Prot	29		Lip	22	Prot	50		Lip	55	Prot	56		Lip	22	Prot	37
Dilistak barazkiekin Patata eta hegalabur tortila labean entsaladarekin Sasoiko fruta Lentejas con verduras Tortilla de patata y atun al horno con ensalada Fruta de temporada					Barazki-menestra Txerri eta txahal hanburgesa entsaladarekin Sasoiko fruta Menestra de verduras Hamburguesa de vacuno y cerdo con ensalada Fruta de temporada					Babarrun zurien lapikokoa Solomo freskoa piper gorriekin Sasoiko fruta Cocido de alubias blancas Lomo fresco con pimientos rojos Fruta de temporada					Bertako barazki-krema Oilasko-izterra errea patata frijituekin Esnea Crema de verduras locales Muslo de pollo asado con patatas fritas Leche					Makarroiak tomatearekin Izokina meniere erara Sasoiko fruta Macarrones con tomate Salmon meniere Fruta de temporada				
Krema - Hegazti - Jogurta Crema - Ave - Yogur					Barazki - Arraultz - Jogurta Verdura - Huevo - Yogur					Barazki - Hegazti - Jogurta Verdura - Ave - Yogur					Pasta - Arraina - Fruta Pasta - Pescado - Fruta					Arroza - Hegazti - Esnekia Arroz - Ave - Lácteo				
30	Kcal	693	HC	99	31	Kcal	669	HC	73															
	Lip	17	Prot	39		Lip	23	Prot	44															
Babarrun gorriak barazkiekin Abadira errioxar erara Sasoiko fruta Alubias rojas con verduras Abadejo a la riojana Fruta de temporada					Patatak saltsa berdean Oilasko-bularkia txanpinoiekin Sasoiko fruta Patatas en salsa verde Pechuga de pollo con champiñones Fruta de temporada																			
Krema - Haragi - Jogurta Crema - Carne - Yogur					Barazki - Arraultz - Esnekia Verdura - Huevo - Lácteo																			