



ASTELEHENA / LUNES					ASTEARTEA / MARTES					ASTEAZKENA / MIERCOLES					OSTEGUNA / JUEVES					OSTIRALA / VIERNES				
<b>1</b>	Kcal	956	HC	89	<b>2</b>	Kcal	653	HC	73	<b>3</b>	Kcal	839	HC	115	<b>4</b>	Kcal	876	HC	104	<b>5</b>	Kcal	741	HC	61
	Lip	50	Prot	42		Lip	21	Prot	45		Lip	28	Prot	37		Lip	28	Prot	55		Lip	39	Prot	33
	<b>Dilista erregosiak</b> Oilasko saltxitxak freskuak entsaladarekin <b>Fruta freskoa</b> Lentejas estofadas Salchichas frescas de ave con ensalada Fruta fresca					<b>Porrusalda krema</b> Txahal gisatua txanpiñoi eta azenarioekin <b>Jogurta</b> Crema de purrusalda Guisado de ternera con zanahoria y champiñon Yogur					<b>Paella mixtoa</b> Legatz arrautzaztatua mahonesarekin <b>Fruta freskoa</b> Paella mixta Merluza a la romana con mahonesa Fruta fresca					<b>Indaba txuriak bertako kalabazarekin</b> Txerri giarra labean jardinera erara <b>Jogurta</b> Alubias blancas con calabaza local Guiarra de cerdo al horno a la jardinera Yogur					<b>Barazki menestra</b> Arrautz frijituak txistorrarekin <b>Fruta freskoa</b> Menestra de verduras Huevos fritos con chistorra Fruta fresca			
<b>Zopa - Arraina - Esnekia</b> Sopa - Pescado - Lácteo					<b>Arroza - Arrautz - Fruta</b> Arroz - Huevo - Fruta					<b>Barazki - Hegazti - Yogurra</b> Verdura - Ave - Yogur					<b>Krema - Arraina - Fruta</b> Crema - Pescado - Fruta					<b>Pasta - Haragi - Yogurra</b> Pasta - Carne - Yogur				
<b>8</b>	Kcal	990	HC	115	<b>9</b>	Kcal	982	HC	123	<b>10</b>	Kcal	683	HC	87	<b>11</b>	Kcal	829	HC	82	<b>12</b>	Kcal	804	HC	112
	Lip	42	Prot	43		Lip	41	Prot	34		Lip	23	Prot	36		Lip	31	Prot	58		Lip	16	Prot	57
	<b>Karakolilloak italiar erara</b> Hanburgesa ketchuparekin <b>Fruta freskoa</b> Caracolillos italiana Hamburguesa con ketchup Fruta fresca					<b>Garbantzu erregosiak</b> Oilasko kroketak entsaladarekin <b>Izozkia</b> Garbanzos estofados Croquetas de pollo con ensalada Helado					<b>Patata gisatuak</b> Legatz arrautzaztatua piper gorriekin <b>Fruta freskoa</b> Patatas guisadas Merluza a la romana con pimientos rojos Fruta fresca					<b>Bertako barazki krema</b> Oilasko izterra txips patatekin <b>Jogurta</b> Crema de verduras locales Muslo de pollo con patatas chips Yogur					<b>Dilistak arroza integralarekin</b> Bakailaoa marinela saltsan <b>Fruta freskoa</b> Lentejas con arroz integral Bacalao en salsa marinera Fruta fresca			
<b>Barazki - Arraina - Yogurra</b> Verdura - Pescado - Yogur					<b>Zopa - Hegazti - Fruta</b> Sopa - Ave - Fruta					<b>Krema - Arrautz - Esnekia</b> Crema - Huevo - Lácteo					<b>Pasta - Arraina - Fruta</b> Pasta - Pescado - Fruta					<b>Barazki - Haragi - Yogurra</b> Verdura - Carne - Yogur				
<b>15</b>	Kcal	997	HC	118	<b>16</b>	Kcal	813	HC	82	<b>17</b>	Kcal	773	HC	89	<b>18</b>					<b>19</b>				
	Lip	53	Prot	18		Lip	26	Prot	31		Lip	31	Prot	38										
	<b>Kuskus piperrekin</b> San jakoboa entsaladarekin <b>Fruta freskoa</b> Cuscús con pimientos San jacob con ensalada Fruta fresca					<b>Lekak patatekin</b> Hegaluze medailoia errioxar erara <b>Aihoria</b> Vainas con patatas Medallon de bonito a la riojana Natillas					<b>Indaba gorriak bertako barazkiekin</b> York urdaiazpikozko frantses tortila entsaladarekin <b>Fruta freskoa</b> Alubias rojas con verduras locales Tortilla francesa con jamon york y ensalada Fruta fresca					JAIA					JAIA			
<b>Barazki - Arraina - Yogurra</b> Verdura - Pescado - Yogur					<b>Zopa - Arrautz - Fruta</b> Sopa - Huevo - Fruta					<b>Krema - Haragi - Yogurra</b> Crema - Carne - Yogur														
<b>22</b>					<b>23</b>	Kcal	855	HC	124	<b>24</b>	Kcal	763	HC	99	<b>25</b>	Kcal	836	HC	107	<b>26</b>	Kcal	654	HC	74
						Lip	20	Prot	46		Lip	18	Prot	32		Lip	30	Prot	39		Lip	24	Prot	38
	JAIA					<b>Dilistak bertako barazkiekin</b> Bakailaoa arrautzaztatua piper gorriekin <b>Edateko yogurra</b> Lentejas con verduras locales Bacalao a la romana con pimientos rojos Yogur bebible					<b>Porru eta espinaka krema ogi txigortuarekin</b> Errusiar xerra perretxikoekin <b>Fruta freskoa</b> Crema de puerros y espinacas con picatostes Filete ruso con champiñones Fruta fresca					<b>Makarroiak bolognesa erara</b> Oilasko hegalak entsaladarekin <b>Izozkia</b> Macarrones bolognesa Alitas de pollo con ensalada Helado					<b>Hegazti zopa fideoekin</b> Legatza saltsa berdean <b>Fruta freskoa</b> Sopa de ave con fideos Merluza en salsa verde Fruta fresca			
					<b>Krema - Hegazti - Fruta</b> Crema - Ave - Fruta					<b>Arroza - Arraina - Yogurra</b> Arroz - Pescado - Yogur					<b>Zopa - Arrautz - Fruta</b> Sopa - Huevo - Fruta					<b>Barazki - Haragi - Esnekia</b> Verdura - Carne - Lácteo				
<b>29</b>	Kcal	765	HC	116	<b>30</b>	Kcal	727	HC	99															
	Lip	19	Prot	38		Lip	18	Prot	45															
	<b>Barazki paela</b> Bakailaoa erromatar erara entsaladarekin <b>Fruta freskoa</b> Paella vegetal Bacalao a la romana con ensalada Fruta fresca					<b>Brokolia patatekin</b> Solomo adobatuta piper gorriekin <b>Fruta ur-zukuetan</b> Brocoli con patatas Lomo adobado con pimientos rojos Fruta en almibar																		
<b>Krema - Arrautz - Yogurra</b> Crema - Huevo - Yogur					<b>Arroza - Arraina - Yogurra</b> Arroz - Pescado - Yogur																			