



ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
		1	2 Kcal 775 HC 70 Lip 44 Prot 27	3 Kcal 693 HC 75 Lip 33 Prot 28
	JAIA FIESTA		Bertako barazki krema Hegazti saltxitxa freskoak egosiak tomate saltsan Fruta freskoa Crema de verduras locales Salchichas frescas de ave cocidas con salsa de tomate Fruta fresca	Porrusalda Arrautz frijituak entsaladarekin Jogurta Purrusalda Huevos fritos con ensalada Yogur
6 Kcal 727 HC 112 Lip 13 Prot 41	7 Kcal 874 HC 144 Lip 22 Prot 31	8 Kcal 653 HC 93 Lip 18 Prot 33	9 Kcal 905 HC 99 Lip 29 Prot 66	10 Kcal 882 HC 101 Lip 25 Prot 38
Dilistak bertako barazkiekin Indioilar gisatua txanpiñoiekin Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Pavo guisado con champiñones Fruta fresca	Bertako kui krema Haragi lasagna Izozkia Crema de calabaza local Lasaña de carne Helado	Patata gisatuak Legatza meniere eran Fruta freskoa Patatas guisadas Merluza meniere Fruta fresca	Espiralak italiar erara Oilasko izterra entsaladarekin Jogurta Espirales italiana Muslo de pollo con ensalada Yogur	Txitxirioak bertako barazkiekin Hegaluze medailoia errioxar erara Fruta freskoa Garbanzos con verduras locales Medallon de bonito a la riojana Fruta fresca
13 Kcal 690 HC 64 Lip 33 Prot 32	14 Kcal 819 HC 98 Lip 27 Prot 50	15 Kcal 927 HC 126 Lip 36 Prot 30	16 Kcal 774 HC 83 Lip 33 Prot 40	17 Kcal 774 HC 97 Lip 24 Prot 45
Lekak patatekin Atun tortilla frantsesa entsaladarekin Fruta freskoa Vainas con patatas Tortilla francesa de atun con ensalada Fruta fresca	Indaba txuriak bertako kalabazarekin Txahal eskalopea entsaladarekin Fruta freskoa Alubias blancas con calabaza local Escalope de ternera con ensalada Fruta fresca	Arroza tomatearekin Hanburgesa txanpiñoiekin Edateko yogurra Arroz con tomate Hamburguesa con champiñones Yogur bebible	Porru eta espinaka krema ogi txigortuarekin Txerri txuleta labeen jardiner erara Fruta freskoa Crema de puerros y espinacas con picatostes Chuleta de cerdo al horno a la jardiner Fruta fresca	Dilista erregosiak Legatza marinela saltsan Jogurta Lentejas estofadas Merluza en salsa marinera Yogur
20 Kcal 803 HC 99 Lip 35 Prot 23	21 Kcal 915 HC 99 Lip 35 Prot 55	22 Kcal 867 HC 82 Lip 46 Prot 27	23 Kcal 743 HC 90 Lip 25 Prot 43	24 Kcal 858 HC 94 Lip 37 Prot 41
Pasta entsalada Oilasko kroketa entsaladarekin Fruta freskoa Ensalada de pasta Croquetas de pollo con ensalada Fruta fresca	Garbantzuak bertako kuiarekin Bakailaoa arrautzatzatua mahonesarekin Fruta freskoa Garbanzos con calabaza local Bacalao a la romana con mahonesa Fruta fresca	Barazki menestra Albondigak saltsan jardiner erara Aihoria Menestra de verduras Albondigas a la jardiner Natillas	Indaba zuriak odolostearrekin Oilasko hegalak entsaladarekin Fruta freskoa Cocido de alubias blancas Alitas de pollo con ensalada Fruta fresca	Bertako barazki krema Solomoa purearekin Jogurta Crema de verduras locales Lomo adobado con pure de patata Yogur
27 Kcal 698 HC 121 Lip 12 Prot 31	28 Kcal 811 HC 127 Lip 26 Prot 24	29 Kcal 658 HC 79 Lip 34 Prot 16	30 Kcal 771 HC 110 Lip 17 Prot 49	31 Kcal 738 HC 90 Lip 21 Prot 51
Dilistak arrozarekin Lekak baratxuriekin Fruta freskoa Lentejas con arroz Vainas al ajillo Fruta fresca	Haragizko paella Patata tortila entsaladarekin Fruta freskoa Paella de carne Tortilla de patata con ensalada Fruta fresca	Porrusalda krema San jakoboa entsaladarekin Gazta txikia "la vaca que rie" Crema de purrusalda San jacob con ensalada Quesitos la vaca que rie	Karakolilloak tomatearekin Bakailaoa arrautzatzatua piper gorriekin Fruta freskoa Caracolillos con tomate Bacalao a la romana con pimientos rojos Fruta fresca	Indaba gorriak bertako barazkiekin Oilasko petxuga entsaladarekin Jogurta Alubias rojas con verduras locales Pechuga de pollo con ensalada Yogur