



ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
		1 Kcal 888 HC 105 Lip 41 Prot 30 Arroz-entsalada Hamburguesa landako salteatuarekin Edateko jogurta Ensalada de arroz Hamburguesa con salteado campestre Yogur bebible	2 Kcal 724 HC 99 Lip 20 Prot 39 Babarrun zuriak bertako barazkiekin Legatza marinela saltsan Fruta freskoa Alubias blancas con verduras locales Merluza en salsa marinera Fruta fresca	3 Kcal 784 HC 98 Lip 31 Prot 32 Makarroiak tomatearekin Tortilla frantsesa txorizo eta entsaladarekin Fruta freskoa Macarrones con tomate Tortilla francesa de chorizo con ensalada Fruta fresca
6 Kcal 647 HC 69 Lip 22 Prot 37	7 Kcal 895 HC 124 Lip 33 Prot 26	8 Kcal 697 HC 76 Lip 25 Prot 46	9 Kcal 787 HC 93 Lip 33 Prot 34	10 Kcal 687 HC 87 Lip 23 Prot 36
Barazki-menestra Solomo ontzutua entsaladarekin Fruta freskoa Menestra de verduras Lomo adobado con ensalada Fruta fresca	Haragi-paella Hegalaburra barazki-saltsan entsaladarekin Fruta freskoa Paella de carne Atun en salsa de verduras con ensalada Fruta fresca	Barazki-krema Txahal-gisatua barazki-saltsan Jogurta Crema de verduras Guisado de ternera en salsa de verduras Yogur	Garbantzuak bertako barazkiekin Arrautza frijituak patata frijituekin Fruta freskoa Garbanzos con verduras locales Huevos fritos con patatas fritas Fruta fresca	Patatak errioxar erara Legatza labean piper gorriekin Fruta freskoa Patatas a la riojana Merluza al horno con pimientos rojos Fruta fresca
13 Kcal 907 HC 89 Lip 49 Prot 25	14 Kcal 674 HC 98 Lip 17 Prot 37	15 Kcal 759 HC 109 Lip 24 Prot 32	16 Kcal 611 HC 74 Lip 22 Prot 31	17 Kcal 788 HC 152 Lip 8 Prot 32
Hegazti-zopa arrozarekin Albondigak txanpinoiekin Fruta freskoa Sopa de ave con arroz Albondigas con champiñones Fruta fresca	Makarroiak tomatearekin Bakailaoa maionesarekin Fruta freskoa Macarrones con tomate Bacalao con mahonesa Fruta fresca	Babarrun zuriak bertako barazkiekin Patata tortila entsaladarekin Fruta freskoa Alubias blancas con verduras locales Tortilla de patata con ensalada Fruta fresca	Bertako kalabaza-krema ogi txigortuekin Oilasko-hegalak entsaladarekin Jogurta Crema de calabaza local con picatostes Alitas de pollo con ensalada Yogur	Dilistak bertako barazkiekin Barazki-paella Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Paella vegetal Fruta fresca
20 Kcal 730 HC 78 Lip 26 Prot 43	21 Kcal 868 HC 99 Lip 37 Prot 40	22 Kcal 766 HC 96 Lip 21 Prot 52	23 Kcal 703 HC 86 Lip 24 Prot 37	24 Kcal 710 HC 110 Lip 19 Prot 33
Lekak patatekin Txerri-giarra labean jardinera erara Fruta freskoa Vainas con patatas Guiarra de cerdo al horno a la jardinera Fruta fresca	Makarroiak italiar erara Tortilla frantsesa hegalabur eta entsaladarekin Jogurta Macarrones italiana Tortilla francesa de atun con ensalada Yogur	Babarrun gorrien eltzekoa Oilasko-bularkia patata frijituekin Fruta freskoa Cocido de alubias rojas Pechuga de pollo con patatas fritas Fruta fresca	Bertako barazki-krema Indioilar gisatua entsaladarekin Fruta freskoa Crema de verduras locales Pavo guisado con ensalada Fruta fresca	Arroza integrala tomatearekin Legatza labean piper gorriekin Gazta txikia "la vaca que rie" Arroz integral con tomate Merluza al horno con pimientos rojos Quesitos la vaca que rie
27 Kcal 723 HC 80 Lip 27 Prot 40	28 Kcal 758 HC 93 Lip 27 Prot 38	29 Kcal 815 HC 109 Lip 26 Prot 39	30 Kcal 754 HC 77 Lip 23 Prot 62	
Dilistak bertako barazkiekin Arrautza frijituak entsaladarekin Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Huevos fritos con ensalada Fruta fresca	Bertako kalabaza-krema ogi txigortuekin Indioilar gisatua patata frijituekin Fruta freskoa Crema de calabaza local con picatostes Pavo guisado con patatas fritas Fruta fresca	Makarroiak italiar erara Legatza labean entsaladarekin Fruta freskoa Macarrones italiana Merluza al horno con ensalada Fruta fresca	Patatak saltsa berdean Oilasko-izterra azenario eta txanpinoiekin Fruta freskoa Patatas en salsa verde Muslo de pollo con zanahoria y champiñon Fruta fresca	

