



ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
		1 Kcal 999 HC 116 Lip 48 Prot 27	2 Kcal 724 HC 99 Lip 20 Prot 39	3 Kcal 762 HC 107 Lip 20 Prot 42
		Arrozezko entsalada (d) Hamburguesa landako salteatuarekin Edateko jogurta Ensalada de arroz (d) Hamburguesa con salteado campestre Yogur bebible	Babarrun zuriak bertako barazkiekin Legatza marinela saltsan Fruta freskoa Alubias blancas con verduras locales Merluza en salsa marinera Fruta fresca	Makarroiak tomatearekin Solomo ontzutua entsaladarekin Fruta freskoa Macarrones con tomate Lomo adobado 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 885 HC 94 Lip 28 Prot 66	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 Oilasko-izterra patata frijituarekin Fruta freskoa Garbanzos con verduras locales Muslo de pollo 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 659 HC 102 Lip 13 Prot 38	15 Kcal 772 HC 98 Lip 22 Prot 49	16 Kcal 614 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 piper gorriekin Fruta freskoa Macarrones con tomate Bacalao con pimientos rojos Fruta fresca	Babarrun zuriak bertako barazkiekin Solomo ontzutua entsaladarekin Fruta freskoa Alubias blancas con verduras locales Lomo adobado con ensalada Fruta fresca	Bertako kalabaza-krema ogi integral txigortuekin Oilasko-hegalak entsaladarekin Jogurta Crema de calabaza local con picatostes integrales 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 945 HC 116 Lip 35 Prot 45	22 Kcal 766 HC 96 Lip 21 Prot 52	23 Kcal 703 HC 86 Lip 24 Prot 37	24 Kcal 715 HC 120 Lip 15 Prot 34
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 Txahal-xerra plantxan entsaladarekin Jogurta Macarrones italiana Filete de ternera a la plancha con ensalada Yogur	Babarrun gorrien eltzekoa Oilasko-bularkia patata frijituarekin 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 meniere erara Gazta txikia "la vaca que rie" Arroz integral con tomate Merluza meniere Quesitos la vaca que rie
27 Kcal 718 HC 89 Lip 18 Prot 51	28 Kcal 650 HC 82 Lip 19 Prot 41	29 Kcal 815 HC 109 Lip 26 Prot 39	30 Kcal 754 HC 77 Lip 23 Prot 62	
Dilistak bertako barazkiekin Solomo ontzutua entsaladarekin Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Lomo adobado con ensalada Fruta fresca	Bertako kalabaza-krema ogi integral txigortuekin Indioilar gisatua patata frijituarekin Fruta freskoa Crema de calabaza local con picatostes integrales 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	