



| ASTELEHENA / LUNES | ASTEARTEA / MARTES | ASTEAZKENA / MIERCOLES | OSTEGUNA / JUEVES | OSTIRALA / VIERNES |
|---|---|--|---|--|
| | | 1 Kcal 866 HC 101 Lip 40 Prot 29 | 2 Kcal 711 HC 89 Lip 19 Prot 49 | 3 Kcal 876 HC 106 Lip 35 Prot 40 |
| | | Arrozezko entsalada (d) Hanburgesa landako salteatuarekin Sojako postrea Ensalada de arroz (d) Hamburguesa con salteado campestre Postre de soja | Babarrun zuriak bertako barazkiekin Oilasko-bularkia entsaladarekin Fruta freskoa Alubias blancas con verduras locales Pechuga de pollo con ensalada Fruta fresca | Kirikilak tomatearekin Tortila frantsesa txorizo eta entsaladarekin Fruta freskoa Espirales con tomate Tortilla francesa de chorizo con ensalada Fruta fresca |
| 6 Kcal 647 HC 69 Lip 22 Prot 37 | 7 Kcal 814 HC 115 Lip 20 Prot 47 | 8 Kcal 683 HC 75 Lip 24 Prot 44 | 9 Kcal 787 HC 93 Lip 33 Prot 34 | 10 Kcal 885 HC 92 Lip 39 Prot 44 |
| Barazki-menestra Solomo ontzutua entsaladarekin Fruta freskoa Menestra de verduras Lomo adobado con ensalada Fruta fresca | Haragi-paella Indioilar bularkia entsaladarekin Fruta freskoa Paella de carne Pechuga de pavo con ensalada Fruta fresca | Barazki-krema Txahal-gisatua barazki-saltsan Sojako postrea Crema de verduras Guisado de ternera en salsa de verduras Postre de soja | Garbantzuak bertako barazkiekin Arrautza frijituak patata frijituekin Fruta freskoa Garbanzos con verduras locales Huevos fritos con patatas fritas Fruta fresca | Patatak errioxar erara Txerri-txuleta labeen piper gorriekin Fruta freskoa Patatas a la riojana Chuleta de cerdo al horno con pimientos rojos Fruta fresca |
| 13 Kcal 814 HC 73 Lip 45 Prot 31 | 14 Kcal 671 HC 103 Lip 15 Prot 36 | 15 Kcal 759 HC 109 Lip 24 Prot 32 | 16 Kcal 600 HC 73 Lip 21 Prot 30 | 17 Kcal 788 HC 152 Lip 8 Prot 32 |
| Hegazt-zopa fideo integralekin Albondigak txanpinoiekin Fruta freskoa Sopa de ave con fideos integrales Albondigas con champiñones Fruta fresca | Makarroiak tomatearekin Indioilar bularkia piper gorriekin Fruta freskoa Macarrones con tomate Pechuga de pavo con pimientos rojos 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 integral txigortuekin Oilasko-hegalak entsaladarekin Sojako postrea Crema de calabaza local con picatostes integrales Alitas de pollo con ensalada Postre de soja | 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 907 HC 106 Lip 37 Prot 42 | 22 Kcal 766 HC 96 Lip 21 Prot 52 | 23 Kcal 703 HC 86 Lip 24 Prot 37 | 24 Kcal 880 HC 114 Lip 24 Prot 57 |
| Lekak patatekin Txerri-giarra labeen jardinera erara Fruta freskoa Vainas con patatas Guiarra de cerdo al horno a la jardinera Fruta fresca | Barraskiloak italiar erara Tortila frantsesa txanpinoi eta entsaladarekin Sojako postrea Caracolillos italiana Tortilla francesa de champiñones con ensalada Postre de soja | 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 Oilasko-izterra entsaladarekin Sojako postrea Arroz integral con tomate Muslo de pollo con ensalada Postre de soja |
| 27 Kcal 723 HC 80 Lip 27 Prot 40 | 28 Kcal 650 HC 82 Lip 19 Prot 41 | 29 Kcal 852 HC 108 Lip 25 Prot 52 | 30 Kcal 686 HC 78 Lip 19 Prot 55 | |
| Dilistak bertako barazkiekin Arrautza frijituak entsaladarekin Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Huevos fritos con ensalada Fruta fresca | Bertako kalabaza-krema ogi integral txigortuekin Indioilar gisatua patata frijituekin Fruta freskoa Crema de calabaza local con picatostes integrales Pavo guisado con patatas fritas Fruta fresca | Makarroiak italiar erara Txahal-gisatua entsaladarekin Fruta freskoa Macarrones italiana Guisado de ternera con ensalada Fruta fresca | Porrusalda Oilasko-izterra azenario eta txanpinoiekin Fruta freskoa Purrusalda Muslo de pollo con zanahoria y champiñon Fruta fresca | |

