



ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
		1 Kcal 888 HC 105 Lip 41 Prot 30	2 Kcal 724 HC 99 Lip 20 Prot 39	3 Kcal 749 HC 91 Lip 31 Prot 31
		Arroz-entsalada Hamburguesa landako salteatuarekin Edateko jogurta Ensalada de arroz 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	Pasta zuria Tortila frantsesa txorizo eta entsaladarekin Fruta freskoa Pasta blanca 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 721 HC 91 Lip 24 Prot 40
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	Garbantzua bertako barazkiekin Arrautza frijituak patata frijituarekin Fruta freskoa Garbanzos con verduras locales Huevos fritos con patatas fritas Fruta fresca	Patatak errioxar erara Legatza arrautzatzatua piper gorriekin Fruta freskoa Patatas a la riojana Merluza a la romana con pimientos rojos Fruta fresca
13 Kcal 814 HC 73 Lip 45 Prot 31	14 Kcal 640 HC 90 Lip 17 Prot 36	15 Kcal 759 HC 109 Lip 24 Prot 32	16 Kcal 679 HC 81 Lip 27 Prot 32	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	Makarroi zuriak Bakailaoa maionesarekin Fruta freskoa Macarrones blancos 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 integral txigortuekin Oilasko-hegalak entsaladarekin Izozkia Crema de calabaza local con picatostes integrales Alitas de pollo con ensalada Helado	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 894 HC 110 Lip 37 Prot 33	22 Kcal 766 HC 96 Lip 21 Prot 52	23 Kcal 677 HC 88 Lip 31 Prot 15	24 Kcal 683 HC 113 Lip 15 Prot 33
Lekak patatekin Txerri-giarra labean jardinera erara Fruta freskoa Vainas con patatas Guiarra de cerdo al horno a la jardinera Fruta fresca	Pasta zuria Tortila frantsesa hegalabur eta entsaladarekin Postre berezia Pasta blanca Tortilla francesa de atun con ensalada Postre especial	Babarrun gorrien eltzekoa Oilasko-bularkia patata frijituarekin Fruta freskoa Cocido de alubias rojas Pechuga de pollo con patatas fritas Fruta fresca	Bertako barazki-krema San jakoboa entsaladarekin Fruta freskoa Crema de verduras locales San jacoboa con ensalada Fruta fresca	Arroz zuria Legatza meniere erara Gazta txikia "la vaca que rie" Arroz blanco Merluza meniere Quesitos la vaca que rie
27 Kcal 723 HC 80 Lip 27 Prot 40	28 Kcal 650 HC 82 Lip 19 Prot 41	29 Kcal 700 HC 99 Lip 21 Prot 33	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 integral txigortuekin Indioilar gisatua patata frijituarekin Fruta freskoa Crema de calabaza local con picatostes integrales Pavo guisado con patatas fritas Fruta fresca	Makarroi zuriak Legatza arrautzatzatua entsaladarekin Fruta freskoa Macarrones blancos Merluza a la romana 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	

