



ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
		<b>1</b> Kcal 648 HC 88 Lip 21 Prot 29	<b>2</b> Kcal 789 HC 93 Lip 26 Prot 48	<b>3</b> Kcal 886 HC 106 Lip 35 Prot 42
		<b>Porrusalda</b> Legatza marinela saltsan Edateko jogurta Purrusalda Merluza en salsa marinera Yogur bebible	<b>Garbantzuak bertako barazkiekin</b> Txahal-xerra plantxan entsaladarekin <b>Fruta sasoikoa</b> Garbanzos con verduras locales Filete de ternera a la plancha con ensalada Fruta de temporada	<b>Kirikilak tomatearekin</b> Tortila frantsesa hegalabur eta entsaladarekin <b>Fruta sasoikoa</b> Espirales con tomate Tortila francesa de atun con ensalada Fruta de temporada
<b>6</b> Kcal 658 HC 80 Lip 25 Prot 21	<b>7</b> Kcal 866 HC 122 Lip 19 Prot 27	<b>8</b> Kcal 697 HC 76 Lip 25 Prot 46	<b>9</b> Kcal 888 HC 100 Lip 39 Prot 35	<b>10</b> Kcal 631 HC 86 Lip 19 Prot 33
<b>Barazki-menestra</b> <b>Patata tortila</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Menestra de verduras Tortilla de patata Fruta de temporada	<b>Barazki-paella</b> Hegaluze-medailoia saltsan entsaladarekin <b>Fruta sasoikoa</b> Paella vegetal Medallon de bonito en salsa con ensalada Fruta de temporada	<b>Barazki-krema</b> Txahal-gisatua barazki-saltsan <b>Jogurta</b> Crema de verduras Guisado de ternera en salsa de verduras Yogur	<b>Indaba zuriak bertako barazkiekin</b> <b>Arrautza frijituak entsaladarekin</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Alubias blancas con verduras locales Huevos fritos con ensalada Fruta de temporada	<b>Porrusalda</b> Legatza arrautzaztatua piper gorriekin <b>Fruta sasoikoa</b> Purrusalda Merluza a la romana con pimientos rojos Fruta de temporada
<b>13</b> Kcal 645 HC 75 Lip 24 Prot 32	<b>14</b> Kcal 674 HC 98 Lip 17 Prot 37	<b>15</b> Kcal 779 HC 107 Lip 27 Prot 31	<b>16</b> Kcal 618 HC 62 Lip 24 Prot 41	<b>17</b> Kcal 788 HC 152 Lip 8 Prot 32
<b>Porru- eta ziazerba-krema ogi integral txigortuekin</b> <b>Oilasko-hegalak entsaladarekin</b> <b>Aihoria</b> Crema de puerros y espinacas con picatostes integrales Alitas de pollo con ensalada Natillas	<b>Makarroiak tomatearekin</b> <b>Bakailaoa maionesarekin</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Macarrones con tomate Bacalao con mahonesa Fruta de temporada	<b>Garbantzuak bertako barazkiekin</b> <b>Patata tortila entsaladarekin</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Garbanzos con verduras locales Tortilla de patata con ensalada Fruta de temporada	<b>Hegazt-zopa fideo integralekin</b> <b>Txahal-xerra plantxan txanpinoiekin</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Sopa de ave con fideos integrales Filete de ternera a la plancha con champiñones Fruta de temporada	<b>Dilistak bertako barazkiekin</b> <b>Barazki-paella</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Lentejas con verduras locales Paella vegetal Fruta de temporada
<b>20</b> Kcal 740 HC 72 Lip 29 Prot 44	<b>21</b> Kcal 728 HC 87 Lip 32 Prot 32	<b>22</b> Kcal 693 HC 84 Lip 24 Prot 34	<b>23</b> Kcal 795 HC 105 Lip 22 Prot 49	<b>24</b> Kcal 772 HC 121 Lip 20 Prot 31
<b>Lekak patatekin</b> <b>Bakailaoa labeaz azenario eta kalabazinarekin</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Vainas con patatas Bacalao al horno con zanahoria y calabacin Fruta de temporada	<b>Barraskiloak tomatearekin</b> <b>Tortila frantsesa txanpinoi eta entsaladarekin</b> <b>Gazta txikia "la vaca que rie"</b> Caracillos con tomate Tortilla francesa de champiñones con ensalada Quesitos la vaca que rie	<b>Bertako barazki-krema</b> <b>Oilasko-bularkia patata frijituarekin</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Crema de verduras locales Pechuga de pollo con patatas fritas Fruta de temporada	<b>Babarrun gorriak barazkiekin</b> <b>Txahal biribilkia entsaladarekin</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Alubias rojas con verduras Redondo de ternera con ensalada Fruta de temporada	<b>Arroza integrala tomatearekin</b> <b>Legatza arrautzaztatua entsaladarekin</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Arroz integral con tomate Merluza a la romana con ensalada Fruta de temporada
<b>27</b> Kcal 723 HC 80 Lip 27 Prot 40	<b>28</b> Kcal 649 HC 81 Lip 19 Prot 41	<b>29</b> Kcal 702 HC 116 Lip 13 Prot 35	<b>30</b> Kcal 771 HC 80 Lip 23 Prot 63	<b>31</b> Kcal 875 HC 120 Lip 34 Prot 32
<b>Dilistak bertako barazkiekin</b> <b>Arrautza frijituak entsaladarekin</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Lentejas con verduras locales Huevos fritos con ensalada Fruta de temporada	<b>Porrusalda crema ogi integral txigortuekin</b> <b>Indioilar gisatua patata frijituarekin</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Crema de purrusalda con picatostes integrales Pavo guisado con patatas fritas Fruta de temporada	<b>Makarroiak tomatearekin</b> <b>Legatza meniere erara</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Macarrones con tomate Merluza meniere Fruta de temporada	<b>Patatak saltsa berdean</b> <b>Oilasko-izterra landako salteatuarekin</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Patatas en salsa verde Muslo de pollo con salteado campestre Fruta de temporada	<b>Indaba zuriak bertako barazkiekin</b> <b>Hegaluze-enpanadillak entsaladarekin</b> <b>Jogurta</b> Alubias blancas con verduras locales Empanadillas de bonito con ensalada Yogur

