



ASTELEHENA / LUNES		ASTEARTEA / MARTES		ASTEAZKENA / MIERCOLES		OSTEGUNA / JUEVES		OSTIRALA / VIERNES	
						1		2	
						JAIA		JAIA	
						FIESTA		FIESTA	
5		6		7		8		9	
		Kcal 915 HC 128 Lip 34 Prot 29		Kcal 771 HC 77 Lip 40 Prot 26		Kcal 799 HC 84 Lip 26 Prot 61		Kcal 689 HC 96 Lip 17 Prot 45	
JAIA		Arroza tomatearekin Hanburgesa jardinera erara Fruta freskoa Arroz con tomate Hamburguesa a la jardinera Fruta fresca		Bertako barazki krema Atun tortilla frantsesa entsaladarekin Fruta freskoa Crema de verduras locales Tortilla francesa de atun con ensalada Fruta fresca		Patatak errioxar erara Oilasko izterra piper gorriekin Fruta freskoa Patatas a la riojana Muslo de pollo con pimientos rojos Fruta fresca		Indaba zuriak bertako barazkiekin Legatza meniere eran Gazta txikia "la vaca que rie" Alubias blancas con verduras locales Merluza meniere Quesitos la vaca que rie	
		Krema - Hegazti - Esnekia Crema - Ave - Lácteo		Patata - Arraina - Yogurra Patata - Pescado - Yogur		Barazki - Arraina - Yogurra Verdura - Pescado - Yogur		Entsalada - Hegazti - Fruta Ensalada - Ave - Fruta	
12		13		14		15		16	
Kcal 734 HC 94 Lip 32 Prot 21		Kcal 699 HC 76 Lip 25 Prot 44		Kcal 825 HC 128 Lip 25 Prot 22		Kcal 609 HC 82 Lip 13 Prot 44		Kcal 935 HC 110 Lip 34 Prot 50	
Lekak patatekin Hegalaburrezko enpanadillak entsaladarekin Fruta freskoa Vainas con patatas Empanadillas de bonito con ensalada Fruta fresca		Hegazti zopa fideo integralekin Solomo adobatuta patata frijituekin Fruta freskoa Sopa de ave con fideos integrales Lomo adobado con patatas fritas Fruta fresca		Dilistak bertako barazkiekin Patata tortila entsaladarekin Jogurra Lentejas con verduras locales Tortilla de patata con ensalada Yogur		Bertako kui krema ogi txigortuarekin Oilasko petxuga azenario eta txanpiñoekin Fruta freskoa Crema de calabaza local con picatostes Pechuga de pollo con zanahoria y champiñon Fruta fresca		Karakolilloak tomatearekin Bakailaoa arrautzatzatua mahonesarekin Aihoria Caracolillos con tomate Bacalao a la romana con mahonesa Natillas	
Pasta - Arraina - Yogurra Pasta - Pescado - Yogur		Entsalada - Arraultz - Yogurra Ensalada - Huevo - Yogur		Barazki - Hegazti - Fruta Verdura - Ave - Fruta		Arroza - Arraina - Yogurra Arroz - Pescado - Yogur		Krema - Haragi - Fruta Crema - Carne - Fruta	
19		20		21		22		23	
Kcal 873 HC 131 Lip 33 Prot 19		Kcal 760 HC 101 Lip 22 Prot 44		Kcal 739 HC 78 Lip 25 Prot 54		Kcal 810 HC 98 Lip 33 Prot 35		Kcal 989 HC 111 Lip 31 Prot 40	
Haragizko integral paela San jakoboa entsaladarekin Fruta freskoa Paella integral de carne San jacobito con ensalada Fruta fresca		Indaba gorriak bertako barazkiekin Legatza saltsa berdean Fruta freskoa Alubias rojas con verduras locales Merluza en salsa verde Fruta fresca		Bertako barazki krema Oilasko izterra patata frijituekin Fruta ur-zukuetan Crema de verduras locales Muslo de pollo con patatas fritas Fruta en almibar		Makarroiak italiar erara York urdaiazpikozko frantses tortila entsaladarekin Fruta freskoa Macarrones italiana Tortilla francesa con jamon york y ensalada Fruta fresca		Garbantzuak bertako kuiarekin Hegaluze medailoia tomate saltsan Izozkia Garbanzos con calabaza local Medallon de bonito en salsa de tomate Helado	
Entsalada - Arraultz - Yogurra Ensalada - Huevo - Yogur		Krema - Hegazti - Yogurra Crema - Ave - Yogur		Patata - Arraina - Fruta Patata - Pescado - Fruta		Barazki - Haragi - Yogurra Verdura - Carne - Yogur		Zopa - Arraultz - Fruta Sopa - Huevo - Fruta	
26		27		28		29		30	
Kcal 956 HC 89 Lip 50 Prot 42		Kcal 544 HC 71 Lip 13 Prot 39		Kcal 773 HC 105 Lip 27 Prot 36		Kcal 845 HC 104 Lip 26 Prot 52		Kcal 665 HC 69 Lip 20 Prot 45	
Dilista erregosiak Oilasko saltxitxak freskuak entsaladarekin Fruta freskoa Lentejas estofadas Salchichas frescas de ave con ensalada Fruta fresca		Porrusalda krema Indioilar gisatua barazki saltsan Fruta freskoa Crema de purren Pavo guisado en salsa de verduras Fruta fresca		Haragizko paela Legatz arrautzatzatua entsaladarekin Gazta txikia "la vaca que rie" Paella de carne Merluza a la romana con ensalada Quesitos la vaca que rie		Indaba zuriak bertako barazkiekin Txerri giarra labean jardinera erara Fruta freskoa Alubias blancas con verduras locales Guiarra de cerdo al horno a la jardinera Fruta fresca		Barazki menestra Indioilar petxuga entsaladarekin Jogurra Menestra de verduras Pechuga de pavo con ensalada Yogur	
Barazki - Arraina - Esnekia Verdura - Pescado - Lácteo		Arroza - Arraultz - Yogurra Arroz - Huevo - Yogur		Barazki - Hegazti - Yogurra Verdura - Ave - Yogur		Krema - Arraina - Yogurra Crema - Pescado - Yogur		Zopa - Haragi - Fruta Sopa - Carne - Fruta	