



ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
	<b>1</b> Kcal 733 HC 92 Lip 20 Prot 49 <b>Patatak errioxar erara</b> <b>Bakailaoa marinela saltsan</b> <b>Fruta freskoa</b> Patatas a la riojana Bacalao en salsa marinera Fruta fresca	<b>2</b> Kcal 708 HC 98 Lip 31 Prot 17 <b>Bertako kui krema</b> <b>Hegalaburrezko enpanadillak entsaladarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Crema de calabaza local Empanadillas de bonito con ensalada Fruta fresca	<b>3</b> Kcal 797 HC 117 Lip 26 Prot 29 <b>Espiralak italiar erara</b> <b>Patata tortila entsaladarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Espirales italiana Tortilla de patata con ensalada Fruta fresca	<b>4</b> Kcal 975 HC 107 Lip 32 Prot 40 <b>Garbantzuak bertako barazkiekin</b> <b>Hegaluze medailoia tomate saltsan</b> <b>Izozkia</b> Garbanzos con verduras locales Medallon de bonito en salsa de tomate Helado
	<b>Barazki - Haragi - Fruta</b> Verdura - Carne - Fruta	<b>Pasta - Arraultz - Yogurra</b> Pasta - Huevo - Yogur	<b>Zopa - Arraina - Yogurra</b> Sopa - Pescado - Yogur	<b>Barazki - Hegazti - Fruta</b> Verdura - Ave - Fruta
<b>7</b> Kcal 854 HC 94 Lip 39 Prot 35 <b>Brokolia patatekin</b> <b>Hanburgesa piper gorriekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Brocoli con patatas Hamburguesa con pimientos rojos Fruta fresca	<b>8</b> Kcal 831 HC 102 Lip 25 Prot 53 <b>Indaba gorria erregosiak</b> <b>Solomo adobatuta patata frijituekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Alubias rojas estofadas Lomo adobado con patatas fritas Fruta fresca	<b>9</b> Kcal 784 HC 98 Lip 31 Prot 32 <b>Espagetiak tomatearekin</b> <b>Txorizozko frantses tortila entsaladarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Espaguetis con tomate Tortilla francesa de chorizo con ensalada Fruta fresca	<b>10</b> Kcal 539 HC 69 Lip 13 Prot 39 <b>Barazki krema</b> <b>Indioilar gisatua barazki saltsan</b> <b>Fruta freskoa</b> Crema de verduras Pavo guisado en salsa de verduras Fruta fresca	<b>11</b> Kcal 696 HC 109 Lip 15 Prot 36 <b>Arroza integrala bertoko barazkiekin</b> <b>Legatza entsaladarekin</b> <b>Jogurta</b> Arroz integral con verduras locales Merluza con ensalada Yogur
<b>Zopa - Hegazti - Yogurra</b> Sopa - Ave - Yogur	<b>Krema - Arraina - Yogurra</b> Crema - Pescado - Yogur	<b>Barazki - Hegazti - Fruta</b> Verdura - Ave - Fruta	<b>Patata - Arraina - Esnekia</b> Patata - Pescado - Lácteo	<b>Entsalada - Haragi - Fruta</b> Ensalada - Carne - Fruta
<b>14</b> Kcal 698 HC 121 Lip 12 Prot 31 <b>Dilistak arroza integralarekin</b> <b>Lekak baratxuriekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Lentejas con arroz integral Vainas al ajillo Fruta fresca	<b>15</b> Kcal 674 HC 98 Lip 17 Prot 37 <b>Makarroiak tomatearekin</b> <b>Makailoa mahonesarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Macarrones con tomate Bacalao con mahonesa Fruta fresca	<b>16</b> Kcal 733 HC 89 Lip 22 Prot 49 <b>Kui krema ogi integral txigortuarekin</b> <b>Oilasko bularkia erromatar erara piper gorriekin</b> <b>Edateko jogurra</b> Crema de calabaza con picatostes integrales Pechuga de pollo a la romana con pimientos rojos Yogur bebible	<b>17</b> Kcal 844 HC 88 Lip 37 Prot 44 <b>Indaba zuriak odolostearekin</b> <b>Atun tortilla frantsesa entsaladarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Cocido de alubias blancas Tortilla francesa de atun con ensalada Fruta fresca	<b>18</b> Kcal 950 HC 92 Lip 50 Prot 32 <b>Hegazti zopa fideoekin</b> <b>Haragi bolak entsaladarekin</b> <b>Postre berezia</b> Sopa de ave con fideos Albondigas con ensalada Postre especial
<b>Zopa - Arraina - Yogurra</b> Sopa - Pescado - Yogur	<b>Krema - Haragi - Yogurra</b> Crema - Carne - Yogur	<b>Pasta - Arraultz - Fruta</b> Pasta - Huevo - Fruta	<b>Barazki - Arraina - Yogurra</b> Verdura - Pescado - Yogur	<b>Entsalada - Hegazti - Fruta</b> Ensalada - Ave - Fruta
<b>21</b> Kcal 720 HC 76 Lip 26 Prot 39 <b>Barazki menestra</b> <b>Txerri giarra labean jardinera erara</b> <b>Fruta freskoa</b> Menestra de verduras Guiarra de cerdo al horno a la jardinera Fruta fresca	<b>22</b> Kcal 892 HC 126 Lip 29 Prot 37 <b>Karakolilloak italiar erara</b> <b>Patata tortila entsaladarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Caracolillos italiana Tortilla de patata con ensalada Fruta fresca	<b>23</b> Kcal 677 HC 88 Lip 31 Prot 15 <b>Bertako barazki krema</b> <b>San jakobia entsaladarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Crema de verduras locales San jacobo con ensalada Fruta fresca	<b>24</b> Kcal 711 HC 89 Lip 19 Prot 49 <b>Indaba gorriak bertako barazkiekin</b> <b>Oilasko petxuga entsaladarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Alubias rojas con verduras locales Pechuga de pollo con ensalada Fruta fresca	<b>25</b> Kcal 744 HC 114 Lip 20 Prot 37 <b>Arroza tomatearekin</b> <b>Legatz arrautzaztatua piper gorriekin</b> <b>Gazta txikia "la vaca que rie"</b> Arroz con tomate Merluza a la romana con pimientos rojos Quesitos la vaca que rie
<b>Arroza - Arraina - Esnekia</b> Arroz - Pescado - Lácteo	<b>Barazki - Haragi - Yogurra</b> Verdura - Carne - Yogur	<b>Pasta - Arraultz - Esnekia</b> Pasta - Huevo - Lácteo	<b>Arroza - Arraina - Yogurra</b> Arroz - Pescado - Yogur	<b>Krema - Hegazti - Fruta</b> Crema - Ave - Fruta
<b>28</b> Kcal 832 HC 109 Lip 32 Prot 27 <b>Dilistak bertako barazkiekin</b> <b>Txorizozko frantses tortila entsaladarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Lentejas con verduras locales Tortilla francesa de chorizo con ensalada Fruta fresca	<b>29</b> Kcal 644 HC 79 Lip 19 Prot 41 <b>Bertoko barazki krema ogi integrala txigortuarekin</b> <b>Indioilar gisatua patata frijituekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Crema de verduras locales con picatostes integrales Pavo guisado con patatas fritas Fruta fresca	<b>30</b> Kcal 762 HC 106 Lip 23 Prot 37 <b>Makarroiak tomatearekin</b> <b>Legatz arrautzaztatua entsaladarekin</b> <b>Jogurta</b> Macarrones con tomate Merluza a la romana con ensalada Yogur		
<b>Krema - Arraultz - Yogurra</b> Crema - Huevo - Yogur	<b>Zopa - Arraina - Yogurra</b> Sopa - Pescado - Yogur	<b>Barazki - Hegazti - Fruta</b> Verdura - Ave - Fruta		