



ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
		<b>1</b> Kcal 702 HC 89 Lip 25 Prot 34 Patatak errioxar erara Legatza marinela saltsan Fruta freskoa Patatas a la riojana Merluza en salsa marinera Fruta fresca	<b>2</b> Kcal 887 HC 96 Lip 41 Prot 37 Garbantzuak bertako barazkiekin Hanburgesa barazki saltsan Fruta freskoa Garbanzos con verduras locales Hamburguesa en salsa de verduras Fruta fresca	<b>3</b> Kcal 876 HC 129 Lip 27 Prot 35 Espiralak tomatearekin Patata tortila entsaladarekin Edateko jogurra Espirales con tomate Tortilla de patata con ensalada Yogur bebible
		Barazki - Haragi - Fruta Verdura - Carne - Fruta	Barazki - Hegazti - Yogurra Verdura - Ave - Yogur	Zopa - Arraina - Fruta Sopa - Pescado - Fruta
<b>6</b>	<b>7</b> Kcal 829 HC 101 Lip 25 Prot 54 JAIA Dilista erregosiak Solomo adobatuta patata frijituekin Fruta freskoa Lentejas estofadas Lomo adobado con patatas fritas Fruta fresca	<b>8</b>	<b>9</b> Kcal 703 HC 122 Lip 19 Prot 30 JAIA FIESTA Arroza integrala bertoko barazkiekin Hegaluze medailoia entsaladarekin Fruta freskoa Arroz integral con verduras locales Medallon de bonito en salsa con ensalada Fruta fresca	<b>10</b> Kcal 678 HC 72 Lip 24 Prot 45 Barazki krema Txahal gisatua piper gorriekin Jogurta Crema de verduras Guisado de ternera con pimientos rojos Yogur
	Krema - Arraina - Yogurra Crema - Pescado - Yogur		Entsalada - Haragi - Yogurra Ensalada - Carne - Yogur	Patata - Arraina - Fruta Patata - Pescado - Fruta
<b>13</b> Kcal 807 HC 108 Lip 27 Prot 34 Dilistak bertako barazkiekin Urdaiazpiko kroketak entsaladarekin Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Croquetas de jamon con ensalada Fruta fresca	<b>14</b> Kcal 722 HC 98 Lip 20 Prot 41 Makarroiak italiar erara Makailoa mahonesarekin Fruta freskoa Macarrones italiana Bacalao con mahonesa Fruta fresca	<b>15</b> Kcal 581 HC 71 Lip 20 Prot 30 Porru eta espinaka krema ogi integrala txigortuarekin Oilasko hegalak entsaladarekin Fruta freskoa Crema de puerros y espinacas con picatostes integrales Alitas de pollo con ensalada Fruta fresca	<b>16</b> Kcal 945 HC 99 Lip 45 Prot 39 Indaba zuriak odolostearrekin Txorizozko frantses tortila entsaladarekin Fruta freskoa Cocido de alubias blancas Tortilla francesa de chorizo con ensalada Fruta fresca	<b>17</b> Kcal 878 HC 77 Lip 49 Prot 33 Hegazti zopa fideoekin Haragi bolak txanpiñoiekin Aihoria Sopa de ave con fideos Albondigas con champiñones Natillas
Zopa - Arraina - Yogurra Sopa - Pescado - Yogur	Krema - Haragi - Yogurra Crema - Carne - Yogur	Pasta - Arrautz - Fruta Pasta - Huevo - Fruta	Barazki - Arraina - Yogurra Verdura - Pescado - Yogur	Entsalada - Hegazti - Fruta Ensalada - Ave - Fruta
<b>20</b> Kcal 720 HC 76 Lip 26 Prot 39 Barazki menestra Txerri giarra labean jardinera erara Fruta freskoa Menestra de verduras Guirra de cerdo al horno a la jardinera Fruta fresca	<b>21</b> Kcal 884 HC 137 Lip 28 Prot 25 Karakolilloak tomatearekin Patata tortila entsaladarekin Postre berezia Caracolillos con tomate Tortilla de patata con ensalada Postre especial	<b>22</b> Kcal 677 HC 88 Lip 31 Prot 15 Bertako barazki krema San jakobia entsaladarekin Fruta freskoa Crema de verduras locales San jacobo con ensalada Fruta fresca	<b>23</b> Kcal 726 HC 97 Lip 17 Prot 49 Indaba gorriak bertako barazkiekin Oilasko petxuga patatekin Fruta freskoa Alubias rojas con verduras locales Pechuga de pollo con patatas fritas Fruta fresca	<b>24</b> Kcal 764 HC 126 Lip 16 Prot 34 Haragizko paella Legatza meniere eran Fruta freskoa Paella de carne Merluza meniere Fruta fresca
Arroza - Arraina - Esnekia Arroz - Pescado - Lácteo	Barazki - Haragi - Fruta Verdura - Carne - Fruta	Pasta - Arrautz - Fruta Pasta - Huevo - Fruta	Arroza - Arraina - Yogurra Arroz - Pescado - Yogur	Krema - Hegazti - Esnekia Crema - Ave - Lácteo
<b>27</b> Kcal 719 HC 80 Lip 27 Prot 41	<b>28</b> Kcal 649 HC 81 Lip 19 Prot 41	<b>29</b> Kcal 783 HC 106 Lip 25 Prot 39	<b>30</b> Kcal 754 HC 77 Lip 23 Prot 62	<b>31</b> Kcal 723 HC 91 Lip 18 Prot 52
Dilistak bertako barazkiekin York urdaiazpikozko frantses tortila entsaladarekin Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Tortilla francesa con jamon york y ensalada Fruta fresca	Porrusalda krema ogi integrala txigortuarekin Indioilar gisatua patata frijituekin Fruta freskoa Crema de purrusalda con picatostes integrales Pavo guisado con patatas fritas Fruta fresca	Makarroiak italiar erara Legatz arrautzatzatua entsaladarekin Fruta freskoa Macarrones italiana Merluza a la romana con ensalada Fruta fresca	Patatak saltsa berdean Oilasko izterra azenario eta txanpiñoiekin Fruta freskoa Patatas en salsa verde Muslo de pollo con zanahoria y champiñon Fruta fresca	Brokolia patatekin Bakailoa errioxar eran Jogurta Brocoli con patatas Bacalao a la riojana Yogur
Krema - Arrautz - Yogurra Crema - Huevo - Yogur	Arroza - Arraina - Fruta Arroz - Pescado - Fruta	Barazki - Hegazti - Yogurra Verdura - Ave - Yogur	Zopa - Arraina - Yogurra Sopa - Pescado - Yogur	Entsalada - Haragi - Fruta Ensalada - Carne - Fruta