



ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
<b>1</b>	<b>2</b> Kcal 721 HC 95 Lip 17 Prot 47	<b>3</b> Kcal 718 HC 124 Lip 14 Prot 28	<b>4</b> Kcal 627 HC 77 Lip 19 Prot 40	<b>5</b> Kcal 799 HC 78 Lip 37 Prot 42
JAIA FIESTA	Dilistak bertako barazkiekin Oilasko-bularkia entsaladarekin Sasoiko fruta Lentejas con verduras locales Pechuga de pollo con ensalada Fruta de temporada	Arroza tomatearekin Abadira errioxar erara Sasoiko fruta Arroz con tomate Abadejo a la riojana Fruta de temporada	Bertako kalabaza-krema Indioilar gisatua patata frijituekin Sasoiko fruta Crema de calabaza local Pavo guisado con patatas fritas Fruta de temporada	Marmitakoa Tortila frantsesa txorizo eta entsaladarekin Jogurta Marmitako Tortilla francesa de chorizo con ensalada Yogur
	Arroza - Arraina - Jogurta Arroz - Pescado - Yogur	Krema - Haragi - Jogurta Crema - Carne - Yogur	Arroza - Arraina - Jogurta Arroz - Pescado - Yogur	Barazki - Hegazti - Fruta Verdura - Ave - Fruta
<b>8</b> Kcal 797 HC 117 Lip 26 Prot 29	<b>9</b> Kcal 912 HC 63 Lip 57 Prot 39	<b>10</b> Kcal 666 HC 89 Lip 16 Prot 45	<b>11</b> Kcal 688 HC 79 Lip 25 Prot 38	<b>12</b> Kcal 756 HC 88 Lip 29 Prot 43
Makarroiak italiar erara Patata tortila entsaladarekin Sasoiko fruta Macarrones italiana Tortilla de patata con ensalada Fruta de temporada	Brokolia patatekin Odolkia errioxako erara Sasoiko fruta Brocoli con patatas Morcilla a la riojana Fruta de temporada	Indaba gorriak bertako barazkiekin Legatza labean entsaladarekin Sasoiko fruta Alubias rojas con verduras locales Merluza al horno con ensalada Fruta de temporada	Porrusalda krema Txerri-giarra labean azenario eta txanpinoiekin Sasoiko fruta Crema de purrusalda Guiarra de cerdo al horno con zanahoria y champiñon Fruta de temporada	Garbantzuak bertako kalabazarekin Abadira arrautzatzatua entsaladarekin Gazta txikia "la vaca que rie" Garbanzos con calabaza local Abadejo a la romana con ensalada Quesitos la vaca que rie
Krema - Hegazti - Jogurta Crema - Ave - Yogur	Pasta - Arraina - Jogurta Pasta - Pescado - Yogur	Barazki - Arrautz - Jogurta Verdura - Huevo - Yogur	Patata - Arraina - Esnekia Patata - Pescado - Lácteo	Zopa - Haragi - Fruta Sopa - Carne - Fruta
<b>15</b> Kcal 657 HC 80 Lip 15 Prot 51	<b>16</b> Kcal 794 HC 98 Lip 32 Prot 34	<b>17</b> Kcal 727 HC 80 Lip 30 Prot 38	<b>18</b> Kcal 835 HC 77 Lip 44 Prot 33	<b>19</b> Kcal 757 HC 99 Lip 32 Prot 21
Dilistak bertako barazkiekin Oilasko-bularkia jardinerara Sasoiko fruta Lentejas con verduras locales Pechuga de pollo a la jardinera Fruta de temporada	Barraskiloak tomatearekin Tortila frantsesa hegalabur eta entsaladarekin Sasoiko fruta Caracolillos con tomate Tortilla francesa de atun con ensalada Fruta de temporada	Patatak errioxar erara Izokina saltsa berdean Sasoiko fruta Patatas a la riojana Salmon en salsa verde Fruta de temporada	Hegazt-zopa fideo integralekin Behi- eta txerri-hanburgesa patata frijituekin Sasoiko fruta Sopa de ave con fideos integrales Hamburguesa de vacuno y cerdo con patatas fritas Fruta de temporada	Bertako kalabaza-krema Urdaiazpiko krocketak entsaladarekin Edateko jogurta Crema de calabaza local Croquetas de jamon con ensalada Yogur bebible
Entsalada - Arraina - Jogurta Ensalada - Pescado - Yogur	Krema - Hegazti - Esnekia Crema - Ave - Lácteo	Krema - Haragi - Jogurta Crema - Carne - Yogur	Barazki - Arraina - Jogurta Verdura - Pescado - Yogur	Patata - Arrautz - Fruta Patata - Huevo - Fruta
<b>22</b> Kcal 818 HC 65 Lip 49 Prot 29	<b>23</b> Kcal 783 HC 106 Lip 26 Prot 36	<b>24</b> Kcal 878 HC 114 Lip 23 Prot 59	<b>25</b> Kcal 765 HC 100 Lip 22 Prot 45	<b>26</b> Kcal 697 HC 76 Lip 25 Prot 46
Barazki-menestra Hegazti-saltxitxa freskoak entsaladarekin Sasoiko fruta Menestra de verduras Salchichas frescas de ave con ensalada Fruta de temporada	Dilista erregosiak Patata tortila entsaladarekin Sasoiko fruta Lentejas estofadas Tortilla de patata con ensalada Fruta de temporada	Haragi-paella integrala Oilasko-izterra lekekin Sasoiko fruta Paella integral de carne Muslo de pollo con judias verdes Fruta de temporada	Indaba zuriak bertako barazkiekin Bakailaoa arrautzatzatua piper gorriekin Sasoiko fruta Alubias blancas con verduras locales Bacalao a la romana con pimientos rojos Fruta de temporada	Barazki-krema Txahal-gisatua barazki-saltsan Jogurta Crema de verduras Guisado de ternera en salsa de verduras Yogur
Zopa - Arraina - Esnekia Sopa - Pescado - Lácteo	Entsalada - Haragi - Jogurta Ensalada - Carne - Yogur	Barazki - Arrautz - Jogurta Verdura - Huevo - Yogur	Krema - Arraina - Jogurta Crema - Pescado - Yogur	Arroza - Arrautz - Fruta Arroz - Huevo - Fruta
<b>29</b> Kcal 648 HC 65 Lip 32 Prot 27	<b>30</b> Kcal 939 HC 103 Lip 45 Prot 35			
Porru- eta ziazerba-krema Tortila frantsesa txorizo eta entsaladarekin Sasoiko fruta Crema de puerros y espinacas Tortilla francesa de chorizo con ensalada Fruta de temporada	Cuscusa bertako barazkiekin Izokina meniere erara Sasoiko fruta Cuscus con verduras locales Salmon meniere Fruta de temporada			
Zopa - Arraina - Esnekia Sopa - Pescado - Lácteo	Barazki - Hegazti - Jogurta Verdura - Ave - Yogur			