



ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
	<b>1</b> Kcal 727 HC 90 Lip 33 Prot 22 <b>Porrusalda</b> Urdaiazpiko kroketak entsaladarekin Jogurta Purrusalda Croquetas de jamón con ensalada Yogur	<b>2</b> Kcal 804 HC 89 Lip 33 Prot 41 <b>Indaba zuriak bertako barazkiekin</b> Tortila frantsesa hegalabur eta entsaladarekin <b>Sasoiko fruta</b> Alubias blancas con verduras locales Tortilla francesa de atun con ensalada Fruta de temporada	<b>3</b> Kcal 736 HC 79 Lip 29 Prot 31 <b>Bertako barazki-krema</b> Hegazti-hanburgesa patata frijituekin <b>Sasoiko fruta</b> Crema de verduras locales Hamburguesa de ave con patatas fritas Fruta de temporada	<b>4</b> Kcal 692 HC 113 Lip 13 Prot 35 <b>Arroza tomatearekin</b> Bakailaoa labean entsaladarekin <b>Sasoiko fruta</b> Arroz con tomate Bacalao al horno con ensalada Fruta de temporada
	<b>Barazki - Arraultz - Fruta</b> Verdura - Huevo - Fruta	<b>Krema - Hegazti - Esnekia</b> Crema - Ave - Lácteo	<b>Patata - Arraina - Jogurta</b> Patata - Pescado - Yogur	<b>Barazki - Haragi - Jogurta</b> Verdura - Carne - Yogur
<b>7</b> Kcal 628 HC 74 Lip 29 Prot 22 <b>Bertako kalabaza-krema</b> Arrautza frijituak patata frijituekin <b>Sasoiko fruta</b> Crema de calabaza local Huevos fritos con patatas fritas Fruta de temporada	<b>8</b> Kcal 813 HC 102 Lip 23 Prot 50 <b>Dilistak bertako barazkiekin</b> Oilasko-bularkia entsaladarekin <b>Izozkia</b> Lentejas con verduras locales Pechuga de pollo con ensalada Helado	<b>9</b> Kcal 878 HC 114 Lip 28 Prot 47 <b>Barraskiloak italiar erara</b> Legatza arrautzatzatua entsaladarekin <b>Sasoiko fruta</b> Caracolillos italiana Merluza a la romana con ensalada Fruta de temporada	<b>10</b> Kcal 675 HC 83 Lip 15 Prot 53 <b>Marmitakoa</b> Indioilar gisatua azenaorio eta txanpinoiekin <b>Sasoiko fruta</b> Marmitako Pavo guisado con zanahoria y champiñon Fruta de temporada	<b>11</b> Kcal 949 HC 69 Lip 57 Prot 37 <b>Lekak patatekin</b> Albondigak jardinera erara <b>Sasoiko fruta</b> Vainas con patatas Albondigas de vacuna a la jardinera Fruta de temporada
<b>Arroza - Arraina - Jogurta</b> Arroz - Pescado - Yogur	<b>Barazki - Haragi - Fruta</b> Verdura - Carne - Fruta	<b>Entsalada - Hegazti - Jogurta</b> Ensalada - Ave - Yogur	<b>Zopa - Arraina - Esnekia</b> Sopa - Pescado - Lácteo	<b>Arroza - Arraultz - Jogurta</b> Arroz - Huevo - Yogur
<b>14</b> Kcal 818 HC 122 Lip 30 Prot 20 <b>Makarroiak tomatearekin</b> San jakoboa entsaladarekin <b>Sasoiko fruta</b> Macarrones con tomate San jacoboa con ensalada Fruta de temporada	<b>15</b> Kcal 774 HC 88 Lip 28 Prot 47 <b>Babarrun gorri erregosiak</b> Izokina saltsa berdean <b>Sasoiko fruta</b> Alubias rojas estofadas Salmon en salsa verde Fruta de temporada	<b>16</b> Kcal 744 HC 75 Lip 25 Prot 57 <b>Porru- eta ziazerba-krema</b> Oilasko-izterra lekekin <b>Jogurta</b> Crema de puerros y espinacas Muslo de pollo con judias verdes Yogur	<b>17</b> Kcal 669 HC 108 Lip 13 Prot 34 <b>Barazki-paella</b> Legatza labean entsaladarekin <b>Sasoiko fruta</b> Paella vegetal Merluza al horno con ensalada Fruta de temporada	<b>18</b> Kcal 802 HC 97 Lip 33 Prot 34 <b>Garbantzuak bertako kalabazarekin</b> Arrautza frijituak patata frijituekin <b>Sasoiko fruta</b> Garbanzos con calabaza local Huevos fritos con patatas fritas Fruta de temporada
<b>Entsalada - Arraultz - Jogurta</b> Ensalada - Huevo - Yogur	<b>Krema - Hegazti - Jogurta</b> Crema - Ave - Yogur	<b>Patata - Arraina - Fruta</b> Patata - Pescado - Fruta	<b>Barazki - Arraultz - Jogurta</b> Verdura - Huevo - Yogur	<b>Zopa - Haragi - Esnekia</b> Sopa - Carne - Lácteo
<b>21</b> Kcal 983 HC 101 Lip 48 Prot 41 <b>Dilistak arroza integralarekin</b> Oilasko bularkia entsaladarekin <b>Sasoiko fruta</b> Lentejas con arroz integral Pechuga de pollo con ensalada Fruta de temporada	<b>22</b> Kcal 764 HC 63 Lip 37 Prot 46 <b>Landako-entsalada</b> Solomoa piper gorriekin <b>Sasoiko fruta</b> Ensalada campera Lomo de cerdo con pimientos rojos Fruta de temporada	<b>23</b> Kcal 896 HC 114 Lip 29 Prot 49 <b>Barraskiloak italiar erara</b> Legatza meniere erara <b>Sasoiko fruta</b> Caracolillos italiana Merluza meniere Fruta de temporada	<b>24</b> Kcal 759 HC 109 Lip 24 Prot 32 <b>Indaba zuriak bertako barazkiekin</b> Patata tortila entsaladarekin <b>Sasoiko fruta</b> Alubias blancas con verduras locales Tortilla de patata con ensalada Fruta de temporada	<b>25</b> Kcal 702 HC 78 Lip 25 Prot 45 <b>Porrusalda krema</b> Txahal-gisatua barazki-saltsan <b>Jogurta</b> Crema de purrusalda Guisado de ternera en salsa de verduras Yogur
<b>Barazki - Arraina - Esnekia</b> Verdura - Pescado - Lácteo	<b>Zopa - Arraultz - Jogurta</b> Sopa - Huevo - Yogur	<b>Barazki - Hegazti - Jogurta</b> Verdura - Ave - Yogur	<b>Krema - Arraina - Jogurta</b> Crema - Pescado - Yogur	<b>Arroza - Arraultz - Fruta</b> Arroz - Huevo - Fruta
<b>28</b> Kcal 759 HC 87 Lip 15 Prot 70 <b>Dilistak bertako barazkiekin</b> Oilasko-izterra jardinera erara <b>Sasoiko fruta</b> Lentejas con verduras locales Muslo de pollo a la jardinera Fruta de temporada	<b>29</b> Kcal 751 HC 88 Lip 29 Prot 39 <b>Patatak errioxar erara</b> Legatza arrautzatzatua entsaladarekin <b>Esnekia</b> Patatas a la riojana Merluza a la romana con ensalada Lacteo	<b>30</b> Kcal 858 HC 107 Lip 33 Prot 39 <b>Garbantzuak bertako kalabazarekin</b> Solomo ontzutua entsaladarekin <b>Sasoiko fruta</b> Garbanzos con calabaza local Lomo adobado con ensalada Fruta de temporada	<b>31</b> Kcal 653 HC 69 Lip 30 Prot 25 <b>Hegazti-zopa fideoekin</b> Arrautza frijituak patata frijituekin <b>Sasoiko fruta</b> Sopa de ave con fideos Huevos fritos con patatas fritas Fruta de temporada	
<b>Barazki - Arraina - Jogurta</b> Verdura - Pescado - Yogur	<b>Entsalada - Haragi - Fruta</b> Ensalada - Carne - Fruta	<b>Krema - Arraultz - Jogurta</b> Crema - Huevo - Yogur	<b>Zopa - Haragi - Jogurta</b> Sopa - Carne - Yogur	