



ASTELEHENA / LUNES		ASTEARTEA / MARTES		ASTEAZKENA / MIERCOLES		OSTEGUNA / JUEVES		OSTIRALA / VIERNES	
<b>1</b> Kcal 967 HC 134 Lip 34 Prot 34 	<b>2</b> Kcal 762 HC 105 Lip 27 Prot 42	<b>3</b> Kcal 645 HC 76 Lip 29 Prot 24 	<b>4</b> Kcal 733 HC 92 Lip 20 Prot 49 	<b>5</b> Kcal 749 HC 123 Lip 15 Prot 31 	<b>6</b> Kcal 734 HC 94 Lip 32 Prot 21 	<b>7</b> Kcal 770 HC 111 Lip 20 Prot 40 	<b>8</b> Kcal 773 HC 89 Lip 31 Prot 38 	<b>9</b> Kcal 622 HC 79 Lip 18 Prot 38 	<b>10</b> Kcal 800 HC 96 Lip 29 Prot 44 
<b>Karakolilloak italiar erara</b> <b>Oilasko kroketak entsaladarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Caracolillos italiana Croquetas de pollo con ensalada Fruta fresca	<b>Garbantzuak bertako kuiarekin</b> <b>Hegaluze medailoia entsaladarekin</b> <b>Jogurta</b> Garbanzos con calabaza local Medallon de bonito en salsa con ensalada Yogur	<b>Bertoko barazki krema ogi integrala txigortuarekin</b> <b>Arrautz frijituak patata frijituarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Crema de verduras locales con picatostes integrales Huevos fritos con patatas fritas Fruta fresca	<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>Dilistak arroza integralarekin</b> <b>Barazki menestra</b> <b>Fruta freskoa</b> Lentejas con arroz integral Menestra de verduras Fruta fresca	<b>Barazki - Arraina - Yogurra</b> Verdura - Pescado - Yogur	<b>Zopa - Hegazti - Fruta</b> Sopa - Ave - Fruta	<b>Pasta - Arraina - Esnekia</b> Pasta - Pescado - Lácteo	<b>Krema - Arrautz - Yogurra</b> Crema - Huevo - Yogur	<b>Zopa - Haragi - Yogurra</b> Sopa - Carne - Yogur
<b>8</b> Kcal 734 HC 94 Lip 32 Prot 21 	<b>9</b> Kcal 770 HC 111 Lip 20 Prot 40 	<b>10</b> Kcal 773 HC 89 Lip 31 Prot 38 	<b>11</b> Kcal 622 HC 79 Lip 18 Prot 38 	<b>12</b> Kcal 800 HC 96 Lip 29 Prot 44 	<b>13</b> Kcal 734 HC 94 Lip 32 Prot 21 	<b>14</b> Kcal 770 HC 111 Lip 20 Prot 40 	<b>15</b> Kcal 773 HC 89 Lip 31 Prot 38 	<b>16</b> Kcal 622 HC 79 Lip 18 Prot 38 	<b>17</b> Kcal 800 HC 96 Lip 29 Prot 44 
<b>Lekak patatekin</b> <b>Hegalaburrezko empanadillak entsaladarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Vainas con patatas Empanadillas de bonito con ensalada Fruta fresca	<b>Makarroiak tomatearekin</b> <b>Txahal xerra plantxan jardinera erara</b> <b>Fruta freskoa</b> Macarrones con tomate Filete de ternera a la plancha a la jardinera Fruta fresca	<b>Indaba gorriak bertako barazkiekin</b> <b>York urdaiazpikozko frantses tortila entsaladarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Alubias rojas con verduras locales Tortilla francesa con jamon york y ensalada Fruta fresca	<b>Bertako kui krema</b> <b>Oilasko petxuga patatekin</b> <b>Edateko jogurra</b> Crema de calabaza local Pechuga de pollo con patatas fritas Yogur bebible	<b>Garbantzu erregosiak</b> <b>Legatz arrautzaztatua entsaladarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Garbanzos estofados Merluza a la romana con ensalada Fruta fresca	<b>Zopa - Arraina - Yogurra</b> Sopa - Pescado - Yogur	<b>Entsalada - Arrautz - Yogurra</b> Ensalada - Huevo - Yogur	<b>Krema - Haragi - Yogurra</b> Crema - Carne - Yogur	<b>Pasta - Arrautz - Fruta</b> Pasta - Huevo - Fruta	<b>Barazki - Haragi - Yogurra</b> Verdura - Carne - Yogur
<b>15</b> Kcal 762 HC 128 Lip 21 Prot 21 	<b>16</b> Kcal 763 HC 99 Lip 18 Prot 32 	<b>17</b> Kcal 705 HC 109 Lip 15 Prot 33 	<b>18</b> Kcal 717 HC 64 Lip 37 Prot 37 	<b>19</b> Kcal 750 HC 110 Lip 20 Prot 36 	<b>20</b> Kcal 762 HC 128 Lip 21 Prot 21 	<b>21</b> Kcal 763 HC 99 Lip 18 Prot 32 	<b>22</b> Kcal 705 HC 109 Lip 15 Prot 33 	<b>23</b> Kcal 717 HC 64 Lip 37 Prot 37 	<b>24</b> Kcal 750 HC 110 Lip 20 Prot 36 
<b>Barazki paela</b> <b>Patata tortila entsaladarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Paella vegetal Tortilla de patata con ensalada Fruta fresca	<b>Porru eta espinaka krema ogi txigortuarekin</b> <b>Errusiar xerra perretxikoekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Crema de puerros y espinacas con picatostes Filete ruso con champiñones Fruta fresca	<b>Dilistak bertako barazkiekin</b> <b>Makailoa labean entsaladarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Lentejas con verduras locales Bacalao al horno con ensalada Fruta fresca	<b>Hegazti zopa fideoekin</b> <b>Oilasko hegalak piper gorriekin</b> <b>Gazta txikia "la vaca que rie"</b> Sopa de ave con fideos Alitas de pollo con pimientos rojos Quesitos la vaca que rie	<b>Integral makarroiak tomatekin</b> <b>Legatza saltsa berdean</b> <b>Fruta freskoa</b> Macarrones integrales con tomate Merluza en salsa verde Fruta fresca	<b>Barazki - Arraina - Yogurra</b> Verdura - Pescado - Yogur	<b>Arroza - Arraina - Yogurra</b> Arroz - Pescado - Yogur	<b>Krema - Hegazti - Yogurra</b> Crema - Ave - Yogur	<b>Barazki - Arrautz - Esnekia</b> Verdura - Huevo - Lácteo	<b>Zopa - Haragi - Yogurra</b> Sopa - Carne - Yogur
<b>22</b> Kcal 1085 HC 101 Lip 60 Prot 40 	<b>23</b> Kcal 700 HC 68 Lip 21 Prot 57 	<b>24</b> Kcal 808 HC 94 Lip 33 Prot 37 	<b>25</b> Kcal 775 HC 70 Lip 44 Prot 27 	<b>26</b> Kcal 692 HC 113 Lip 13 Prot 35 	<b>27</b> Kcal 1085 HC 101 Lip 60 Prot 40 	<b>28</b> Kcal 700 HC 68 Lip 21 Prot 57 	<b>29</b> Kcal 808 HC 94 Lip 33 Prot 37 	<b>30</b> Kcal 775 HC 70 Lip 44 Prot 27 	<b>31</b> Kcal 692 HC 113 Lip 13 Prot 35 
<b>Kuskus bertoko barazkiekin</b> <b>Txerri txuleta labean entsaladarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Cuscus con verduras locales Chuleta de cerdo al horno con ensalada Fruta fresca	<b>Barazki menestra</b> <b>Oilasko izterra jardinera erara</b> <b>Jogurta</b> Menestra de verduras Muslo de pollo a la jardinera Yogur	<b>Indaba zuriak odolostearekin</b> <b>Arrautz frijituak patata frijituarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Cocido de alubias blancas Huevos fritos con patatas fritas Fruta fresca	<b>Bertoko barazki krema</b> <b>Hegazti saltxitxa freskoak egosiak tomate saltsan</b> <b>Fruta freskoa</b> Crema de verduras locales Salchichas frescas de ave cocidas con salsa de tomate Fruta fresca	<b>Arroza tomatearekin</b> <b>Legatza labean entsaladarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Arroz con tomate Merluza al horno con ensalada Fruta fresca	<b>Krema - Arrautz - Yogurra</b> Crema - Huevo - Yogur	<b>Arroza - Arraina - Fruta</b> Arroz - Pescado - Fruta	<b>Barazki - Hegazti - Yogurra</b> Verdura - Ave - Yogur	<b>Patata - Arraina - Yogurra</b> Patata - Pescado - Yogur	<b>Barazki - Haragi - Yogurra</b> Verdura - Carne - Yogur

