



ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
			1 Kcal 849 HC 103 Lip 26 Prot 53 Indaba txuriak bertako kalabazarekin Txerri giarra labean jardinera erara Fruta freskoa Alubias blancas con calabaza local Guiarra de cerdo al horno a la jardinera Fruta fresca Krema - Arraina - Yogurra Crema - Pescado - Yogur	2 Kcal 727 HC 90 Lip 31 Prot 26 Pasta entsalada Patata tortila entsaladarekin Fruta freskoa Ensalada de pasta Tortilla de patata con ensalada Fruta fresca Zopa - Haragi - Yogurra Sopa - Carne - Yogur
5 Kcal 967 HC 134 Lip 34 Prot 34 Karakolilloak italiar erara Oilasko kroketak entsaladarekin Fruta freskoa Caracolillos italiana Croquetas de pollo con ensalada Fruta fresca	6 Kcal 848 HC 109 Lip 34 Prot 45 Garbantzu erregosiak Hegaluze medailoia entsaladarekin Izozkia Garbanzos estofados Medallon de bonito con ensalada Helado	7 Kcal 645 HC 76 Lip 29 Prot 24 Bertoko barazki krema ogi integrala txigortuarekin Arrautz frijituak patata frijituarekin Fruta freskoa Crema de verduras locales con picatostes integrales Huevos fritos con patatas fritas Fruta fresca	8 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	9 Kcal 749 HC 123 Lip 15 Prot 31 Dilistak arroza integralarekin Barazki menestra Fruta freskoa Lentejas con arroz integral Menestra de verduras Fruta fresca
Barazki - Arraina - Yogurra Verdura - Pescado - Yogur	Zopa - Hegazti - Fruta Sopa - Ave - Fruta	Pasta - Arraina - Esnekia Pasta - Pescado - Lácteo	Krema - Arrautz - Yogurra Crema - Huevo - Yogur	Zopa - Haragi - Yogurra Sopa - Carne - Yogur
12	13 Kcal 723 HC 90 Lip 32 Prot 18 Lekak patatekin San jakoboa piper gorriekin Fruta freskoa Vainas con patatas San jacoboa con pimientos rojos Fruta fresca Zopa - Arraina - Yogurra Sopa - Pescado - Yogur	14 Kcal 773 HC 89 Lip 31 Prot 38 Indaba gorriak bertako barazkiekin York urdaiazpikozko frantses tortila entsaladarekin Fruta freskoa Alubias rojas con verduras locales Tortilla francesa con jamon york y ensalada Fruta fresca Krema - Haragi - Yogurra Crema - Carne - Yogur	15 Kcal 651 HC 80 Lip 20 Prot 38 Bertako kui krema Oilasko petxuga patatekin Aihoria Crema de calabaza local Pechuga de pollo con patatas fritas Natillas Pasta - Arrautz - Fruta Pasta - Huevo - Fruta	16 Kcal 800 HC 96 Lip 29 Prot 44 Garbantzu erregosiak Legatz arrautzaztatua entsaladarekin Fruta freskoa Garbanzos estofados Merluza a la romana con ensalada Fruta fresca Barazki - Haragi - Yogurra Verdura - Carne - Yogur
JAIA FIESTA				
19 Kcal 786 HC 133 Lip 21 Prot 22 Arroza tomatearekin Patata tortila entsaladarekin Fruta freskoa Arroz con tomate Tortilla de patata con ensalada Fruta fresca	20 Kcal 841 HC 109 Lip 22 Prot 49 Dilistak bertako barazkiekin Makailoa labean entsaladarekin Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Bacalao al horno con ensalada Fruta fresca	21 Kcal 763 HC 99 Lip 18 Prot 32 Porru eta espinaka krema ogi txigortuarekin Errusiar xerra perretxikoekin Fruta freskoa Crema de puerros y espinacas con picatostes Filete ruso con champiñones Fruta fresca	22 Kcal 774 HC 99 Lip 27 Prot 43 Makarroiak italiar erara Legatza saltsa berdean Gazta txikia "la vaca que rie" Macarrones italiana Merluza en salsa verde Quesitos la vaca que rie	23 Kcal 741 HC 75 Lip 34 Prot 34 Hegazti zopa fideoekin Oilasko hegalak piper gorriekin Fruta freskoa Sopa de ave con fideos Alitas de pollo con pimientos rojos Fruta fresca
Barazki - Arraina - Yogurra Verdura - Pescado - Yogur	Krema - Hegazti - Yogurra Crema - Ave - Yogur	Arroza - Arraina - Yogurra Arroz - Pescado - Yogur	Zopa - Haragi - Fruta Sopa - Carne - Fruta	Barazki - Arrautz - Esnekia Verdura - Huevo - Lácteo
26 Kcal 775 HC 117 Lip 19 Prot 38 Barazki paela Solomo adobatuta entsaladarekin Fruta freskoa Paella vegetal Lomo adobado con ensalada Fruta fresca	Barazki menestra Arrautz frijituak patata frijituarekin Edateko jogurra Menestra de verduras Huevos fritos con patatas fritas Yogur bebible	Indaba zuriak odolostearrekin Legatza labean entsaladarekin Fruta freskoa Cocido de alubias blancas Merluza al horno con ensalada Fruta fresca	Bertoko barazki krema Hegazti saltxitza freskoak Fruta freskoa Crema de verduras locales Salchichas frescas de ave cocidas con salsa de tomate Fruta fresca	Kuskus barazkiekin Oilasko izterra txanpiñoekin Fruta freskoa Cuscus con verduras Muslo de pollo con champiñones Fruta fresca
Krema - Arrautz - Yogurra Crema - Huevo - Yogur	Arroza - Arraina - Yogurra Arroz - Pescado - Yogur	Barazki - Hegazti - Yogurra Verdura - Ave - Yogur	Patata - Arraina - Yogurra Patata - Pescado - Yogur	Barazki - Arrautz - Yogurra Verdura - Huevo - Yogur

