



ASTELEHENA / LUNES				ASTEARTEA / MARTES				ASTEAZKENA / MIERCOLES				OSTEGUNA / JUEVES				OSTIRALA / VIERNES								
1	Kcal	638	HC	81	2	Kcal	719	HC	96	3	Kcal	820	HC	117	4	Kcal	735	HC	69	5	Kcal	841	HC	120
	Lip	23	Prot	29		Lip	15	Prot	53		Lip	28	Prot	31		Lip	37	Prot	34		Lip	20	Prot	44
Patata gisatuak Legatza barazki saltsan azenarioarekin Fruta freskoa				Indaba gorriak bertako barazkiekin Indioilar gisatua barazki saltsan				Makarroiak italiar erara Patata tortila Fruta freskoa				Porru eta espinaka krema Txahal-hanburguesa entsaladarekin Fruta freskoa				Dilistak bertako barazkiekin Bakailaoa saltsa berdean Fruta freskoa								
Patatas guisadas Merluza en salsa de verduras con zanahoria Fruta fresca				Edateko jogurra Alubias rojas con verduras locales Pavo guisado en salsa de verduras Yogur bebible				Macarrones italiana Tortilla de patata Fruta fresca				Crema de puerros y espinacas Hamburguesa 100% ternera con ensalada Fruta fresca				Lentejas con verduras locales Bacalao en salsa verde Fruta fresca								
8	Kcal	658	HC	86	9	Kcal	848	HC	109	10	Kcal	950	HC	128	11	Kcal	627	HC	69	12	Kcal	819	HC	78
	Lip	25	Prot	25		Lip	27	Prot	42		Lip	36	Prot	32		Lip	20	Prot	44		Lip	27	Prot	67
Hegazti zopa arrozarekin Patata tortila Fruta freskoa				Indaba zuriak bertako barazkiekin Bakailaoa barazki saltsan piper gorriekin Fruta freskoa				Arroza tomatearekin Frankfurt saltxitxak entsaladarekin Fruta freskoa				Barazki krema Txahal gisatua jardinera erara Gazta txikia "la vaca que rie" eta irasagarra				Marmitakoa Oilasko izterra entsaladarekin Fruta freskoa								
Sopa de ave con arroz Tortilla de patata Fruta fresca				Alubias blancas con verduras locales Bacalao en salsa de verduras con pimientos rojos Fruta fresca				Arroz con tomate Frankfurt con ensalada Fruta fresca				Crema de verduras Guisado de ternera a la jardinera Quesito la vaca que rie con membrillo				Marmitako Muslo de pollo con ensalada Fruta fresca								
15	Kcal	572	HC	68	16	Kcal	919	HC	103	17	Kcal	793	HC	117	18	Kcal	531	HC	61	19				
	Lip	20	Prot	33		Lip	37	Prot	45		Lip	20	Prot	41		Lip	14	Prot	37					
Bertako barazki krema Bakailaoa barazki saltsan entsaladarekin Fruta freskoa				Txixirioak bertako barazkiekin Txahal xerra plantxan txanpiñoekin Aihoria				Makarroiak italiar erara Legatza marinela saltsan Fruta freskoa				Barazki menestra Oilasko bularkia piper gorriekin Fruta freskoa				JAIA								
Crema de verduras locales Bacalao en salsa de verduras con ensalada Fruta fresca				Garbanzos con verduras locales Filete de ternera a la plancha con champiñones Natillas				Macarrones italiana Merluza fresca en salsa marinera Fruta fresca				Menestra de verduras Pechuga de pollo con pimientos rojos Fruta fresca				FIESTA								
22	Kcal	755	HC	110	23	Kcal	576	HC	72	24	Kcal	867	HC	100	25	Kcal	888	HC	118	26	Kcal	914	HC	126
	Lip	22	Prot	33		Lip	16	Prot	37		Lip	23	Prot	53		Lip	27	Prot	45		Lip	31	Prot	32
Haragizko paella Oilasko hegialak entsaladarekin Fruta freskoa				Porrusalda krema Solomo labeen txanpiñoekin Jogurta				Indaba zuriak bertako barazkiekin Hegalaburra errioxar erara Fruta freskoa				Makarroiak bolognesa erara Indiolar gisatua entsaladarekin Fruta freskoa				Dilistak bertako barazkiekin Txahal xerra plantxan patatekin Fruta freskoa								
Paella de carne Alitas de pollo con ensalada Fruta fresca				Crema de purrusalda Lomo al horno con champiñones Yogur				Alubias blancas con verduras locales Atun a la riojana Fruta fresca				Macarrones bolognesa Pavo guisado con ensalada Fruta fresca				Lentejas con verduras locales Filete de ternera a la plancha con patatas Fruta fresca								
29	Kcal	798	HC	81	30	Kcal	750	HC	110	31	Kcal	765	HC	84										
	Lip	42	Prot	26		Lip	20	Prot	36		Lip	31	Prot	42										
Porru eta espinaka krema Haragi bolak saltsan jardinera erara Fruta freskoa				Makarroiak tomatearekin Legatza saltsa berdean Fruta freskoa				Patata gisatuak Indiolar gisatua entsaladarekin Gazta txikia "la vaca que rie"																
Crema de puerros y espinacas Albondigas a la jardinera Fruta fresca				Macarrones con tomate Merluza en salsa verde Fruta fresca				Patatas guisadas Pavo guisado con ensalada Quesitos la vaca que rie																