



ASTELEHENA / LUNES				ASTEARTEA / MARTES				ASTEAZKENA / MIERCOLES				OSTEGUNA / JUEVES				OSTIRALA / VIERNES								
1	Kcal	638	HC	81	2	Kcal	605	HC	82	3	Kcal	820	HC	117	4	Kcal	735	HC	69	5	Kcal	829	HC	125
	Lip	23	Prot	29		Lip	12	Prot	44		Lip	28	Prot	31		Lip	37	Prot	34		Lip	18	Prot	46
Patata gisatuak Legatza barazki saltsan azenarioarekin Fruta freskoa Patatas guisadas Merluza en salsa de verduras con zanahoria Fruta fresca				Azalorea patatekin Indioilar gisatua barazki saltsan Edateko jogurra Coliflor con patatas Pavo guisado en salsa de verduras Yogur bebible				Makarroiak italiar erara Patata tortila Fruta freskoa Macarrones italiana Tortilla de patata Fruta fresca				Porru eta espinaka krema Txahal-hanburguesa entsaladarekin Fruta freskoa Crema de puerros y espinacas Hamburguesa 100% ternera con ensalada Fruta fresca				Arroza tomatearekin Bakailaoa saltsa berdean Fruta freskoa Arroz con tomate Bacalao en salsa verde Fruta fresca								
8	Kcal	658	HC	86	9	Kcal	694	HC	89	10	Kcal	737	HC	113	11	Kcal	627	HC	69	12	Kcal	819	HC	78
	Lip	25	Prot	25		Lip	20	Prot	42		Lip	17	Prot	39		Lip	20	Prot	44		Lip	27	Prot	67
Hegazti zopa fideoekin Patata tortila Fruta freskoa Sopa de ave con fideos Tortilla de patata Fruta fresca				Brokolia patatekin Bakailaoa barazki saltsan piper gorriekin Fruta freskoa Brocoli con patatas Bacalao en salsa de verduras con pimientos rojos Fruta fresca				Arroza tomatearekin Oilasko petxuga entsaladarekin Fruta freskoa Arroz con tomate Pechuga de pollo con ensalada Fruta fresca				Barazki krema Txahal gisatua jardinerera Gazta txikia "la vaca que rie" eta irasagarra Crema de verduras Guisado de ternera a la jardinerera Quesito la vaca que rie con membrillo				Marmitakoa Oilasko izterra entsaladarekin Fruta freskoa Marmitako Muslo de pollo con ensalada Fruta fresca								
15	Kcal	572	HC	68	16	Kcal	792	HC	113	17	Kcal	793	HC	117	18	Kcal	629	HC	80	19				
	Lip	20	Prot	33		Lip	23	Prot	38		Lip	20	Prot	41		Lip	15	Prot	46					
Bertako barazki krema Bakailaoa barazki saltsan entsaladarekin Fruta freskoa Crema de verduras locales Bacalao en salsa de verduras con ensalada Fruta fresca				Barazki paella Txahal xerra plantxan txanpiñoekin Aihoria Paella vegetal Filete de ternera a la plancha con champiñones Natillas				Makarroiak italiar erara Legatza marinela saltsan Fruta freskoa Macarrones italiana Merluza fresca en salsa marinera Fruta fresca				Brokolia patatekin Oilasko bularkia piper gorriekin Fruta freskoa Brocoli con patatas Pechuga de pollo con pimientos rojos Fruta fresca				JAIA FIESTA								
22	Kcal	755	HC	110	23	Kcal	576	HC	72	24	Kcal	808	HC	85	25	Kcal	888	HC	118	26	Kcal	639	HC	73
	Lip	22	Prot	33		Lip	16	Prot	37		Lip	26	Prot	44		Lip	27	Prot	45		Lip	23	Prot	37
Haragizko paella Oilasko hegala entsaladarekin Fruta freskoa Paella de carne Alitas de pollo con ensalada Fruta fresca				Porrusalda krema Solomo labea txanpiñoekin Jogurta Crema de purrusalda Lomo al horno con champiñones Yogur				Patata gisatuak Hegalaburra errioxar erara Fruta freskoa Patatas guisadas Atun a la riojana Fruta fresca				Makarroiak bolognesa erara Indiolar gisatua entsaladarekin Fruta freskoa Macarrones bolognesa Pavo guisado con ensalada Fruta fresca				Hegazti zopa fideoekin Txahal xerra plantxan patatekin Fruta freskoa Sopa de ave con fideos Filete de ternera a la plancha con patatas Fruta fresca								
29	Kcal	548	HC	75	30	Kcal	750	HC	110	31	Kcal	765	HC	84										
	Lip	12	Prot	37		Lip	20	Prot	36		Lip	31	Prot	42										
Porru eta espinaka krema Solomo egosia jardinerera Fruta freskoa Crema de puerros y espinacas Lomo cocido a la jardinerera Fruta fresca				Makarroiak tomatearekin Legatza saltsa berdean Fruta freskoa Macarrones con tomate Merluza en salsa verde Fruta fresca				Patata gisatuak Indiolar gisatua entsaladarekin Gazta txikia "la vaca que rie" Patatas guisadas Pavo guisado con ensalada Quesitos la vaca que rie																