



ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
<p>1 Kcal 676 HC 85 Lip 18 Prot 47</p> <p> Patatak errioxar erara Indioilar gisatua kuitaxo eta azenarioekin Fruta freskoa Patatas a la riojana Pavo guisado con calabacin y zanahoria Fruta fresca</p> <p>Barazki - Arraina - Yogurra Verdura - Pescado - Yogur</p>	<p>2 Kcal 847 HC 124 Lip 25 Prot 37</p> <p>Haragizko paella Legatza saltsa berdean Edateko jogurra Paella de carne Merluza en salsa verde Yogur bebible</p> <p>Krema - Arraultz - Fruta Crema - Huevo - Fruta</p>	<p>3 Kcal 848 HC 119 Lip 32 Prot 30</p> <p> Indaba zuriak bertako barazkiekin Hegalaburrezko enpanadillak entsaladarekin Fruta freskoa Alubias blancas con verduras locales Empanadillas de bonito con ensalada Fruta fresca</p> <p>Barazki - Haragi - Yogurra Verdura - Carne - Yogur</p>	<p>4 Kcal 827 HC 76 Lip 44 Prot 24</p> <p> Barazki menestra Haragi bolak piper gorriekin Fruta freskoa Menestra de verduras Albondigas con pimientos rojos Fruta fresca</p> <p>Patata - Arraina - Esnekia Patata - Pescado - Lácteo</p>	
<p>7 Kcal 834 HC 108 Lip 29 Prot 36</p> <p> Dilistak bertako barazkiekin Urdaiazpiko krocketak entsaladarekin Jogurta Lentejas con verduras locales Croquetas de jamon con ensalada Yogur</p> <p>Krema - Arraina - Fruta Crema - Pescado - Fruta</p>	<p>8 Kcal 749 HC 77 Lip 22 Prot 29</p> <p> Lekak patatekin Hegaluze medailoia errioxar erara Fruta freskoa Vainas con patatas Medallon de bonito a la riojana Fruta fresca</p> <p>Zopa - Haragi - Yogurra Sopa - Carne - Yogur</p>	<p>9 Kcal 699 HC 76 Lip 25 Prot 44</p> <p>Hegazti zopa fideo integralekin Solomo patata frijituekin Fruta freskoa Sopa de ave con fideos integrales Lomo fresco con patatas fritas Fruta fresca</p> <p>Barazki - Arraultz - Yogurra Verdura - Huevo - Yogur</p>	<p>10 Kcal 683 HC 87 Lip 28 Prot 25</p> <p>Bertako kui krema Patata tortila txorizoarekin labean entsaladarekin Fruta freskoa Crema de calabaza local Tortilla de patata y chorizo al horno con ensalada Fruta fresca</p> <p>Arroza - Hegazti - Yogurra Arroz - Ave - Yogur</p>	<p>11 Kcal 893 HC 122 Lip 23 Prot 55</p> <p> Karakolilloak boloñesa erara Txahal biribilki arraultzaztatua jardineria erara Fruta freskoa Caracolillos bolognesa Redondo de ternera rebozado a la jardineria Fruta fresca</p> <p>Barazki - Arraina - Yogurra Verdura - Pescado - Yogur</p>
<p>14 Kcal 635 HC 89 Lip 23 Prot 21</p> <p>Bertako barazki krema ogi txigortuarekin Patata tortila labean entsaladarekin Fruta freskoa Crema de verduras locales con picatostes Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta fresca</p> <p>Arroza - Arraina - Yogurra Arroz - Pescado - Yogur</p>	<p>15 Kcal 745 HC 91 Lip 22 Prot 48</p> <p> Garbantzuak bertako kuiarekin Oilasko bularki txanpiñoiekin Fruta freskoa Garbanzos con calabaza local Pechuga de pollo con champiñones Fruta fresca</p> <p>Krema - Arraultz - Yogurra Crema - Huevo - Yogur</p>	<p>16 Kcal 695 HC 76 Lip 27 Prot 34</p> <p> Lekak patatekin Legatz arrautzaztatua entsaladarekin Aihoria Vainas con patatas Merluza a la romana con ensalada Natillas</p> <p>Pasta - Haragi - Fruta Pasta - Carne - Fruta</p>	<p>17 Kcal 861 HC 118 Lip 34 Prot 27</p> <p> Barazki paela Hanburgesa ketchuparekin Fruta freskoa Paella vegetal Hamburguesa con ketchup Fruta fresca</p> <p>Barazki - Arraina - Yogurra Verdura - Pescado - Yogur</p>	<p>18 Kcal 788 HC 107 Lip 17 Prot 56</p> <p> Indaba zuriak odolostearekin Bakailaoa meniere eran Fruta freskoa Cocido de alubias blancas Bacalao meniere Fruta fresca</p> <p>Zopa - Arraultz - Yogurra Sopa - Huevo - Yogur</p>
<p>21 Kcal 703 HC 97 Lip 10 Prot 57</p> <p> Dilistak bertako barazkiekin Indioilar blanketa mostazarekin piña eta patatekin Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Blanqueta de pavo a la mostaza con piña y patata Fruta fresca</p> <p>Arroza - Arraina - Yogurra Arroz - Pescado - Yogur</p>	<p>22 Kcal 665 HC 85 Lip 24 Prot 30</p> <p> Patata gisatuak Legatza marinela saltsan Fruta freskoa Patatas guisadas Merluza en salsa marinera Fruta fresca</p> <p>Barazki - Arraultz - Esnekia Verdura - Huevo - Lácteo</p>	<p>23 Kcal 864 HC 71 Lip 43 Prot 52</p> <p> Porrusalda krema Oilasko izterra errea lekekin Fruta freskoa Crema de purrusalda Muslo de pollo asado con judias verdes Fruta fresca</p> <p>Zopa - Arraina - Yogurra Sopa - Pescado - Yogur</p>	<p>24 Kcal 803 HC 95 Lip 32 Prot 42</p> <p> Indaba gorria erregosiak Patata tortila labean hegalaburrearekin eta entsaladarekin Gazta txikia "la vaca que rie" Alubias rojas estofadas Tortilla de patata y atun al horno con ensalada Quesitos la vaca que rie</p> <p>Barazki - Haragi - Fruta Verdura - Carne - Fruta</p>	<p>25 Kcal 800 HC 106 Lip 23 Prot 46</p> <p> Espiralak italiar erara Bakailaoa erromatar erara entsaladarekin Fruta freskoa Espirales italiana Bacalao a la romana con ensalada Fruta fresca</p> <p>Krema - Hegazti - Yogurra Crema - Ave - Yogur</p>
<p>28 Kcal 740 HC 96 Lip 19 Prot 49</p> <p>Garbantzuak bertako barazkiekin Solomo adobatuta landa sateatuarekin Fruta freskoa Garbanzos con verduras locales Lomo adobado con salteado campestre Fruta fresca</p> <p>Barazki - Arraina - Yogurra Verdura - Pescado - Yogur</p>				