



ASTELEHENA / LUNES					ASTEARTEA / MARTES					ASTEAZKENA / MIERCOLES					OSTEGUNA / JUEVES					OSTIRALA / VIERNES				
2	Kcal	906	HC	150	3	Kcal	782	HC	107	4	Kcal	738	HC	143	5	Kcal	756	HC	96	6	Kcal	709	HC	94
	Lip	19	Prot	41		Lip	26	Prot	33		Lip	13	Prot	19		Lip	27	Prot	34		Lip	25	Prot	28
Kirikilak tomatearekin Brokolia patatekin Jogurta Espirales con tomate Brocoli con patatas Yogur					Indaba zuriak bertako barazkiekin Paisana tortila Fruta sasoikoa Alubias blancas con verduras locales Tortilla paisana Fruta de temporada					Porrusalda krema Barazki-paella Edateko jogurta Crema de purrusalda Paella vegetal Yogur bebible					Dilistak bertako barazkiekin Patata tortila labean entsaladarekin Fruta sasoikoa Lentejas con verduras locales Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta de temporada					Patata gisatuak (gg) Tofu saltsan piper gorriekin Fruta sasoikoa Patatas guisadas (gg) Tofu en salsa con pimiento rojos Fruta de temporada				
9	Kcal	742	HC	125	10	Kcal	844	HC	107	11	Kcal	799	HC	110	12					13	Kcal	695	HC	118
	Lip	15	Prot	27		Lip	34	Prot	31		Lip	28	Prot	34							Lip	14	Prot	29
Lekak patatekin Makarroi integralak tomatekin Jogurta Vainas con patatas Macarrones integrales con tomate Yogur					Garbantzuak bertako kalabazarekin Patata tortila labean entsaladarekin Fruta sasoikoa Garbanzos con calabaza local Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta de temporada					Barazki-paella Tofu tomate saltsan patata frijituekin Gazta txikia "la vaca que rie" Paella vegetal Tofu en salsa de tomate con patatas fritas Quesitos la vaca que rie					JAIA FIESTA					Bertako barazki-krema Indaba zuriak bertako barazkiekin Fruta sasoikoa Crema de verduras locales Alubias blancas con verduras locales Fruta de temporada				
16	Kcal	799	HC	114	17	Kcal	824	HC	133	18	Kcal	636	HC	82	19	Kcal	710	HC	93	20	Kcal	688	HC	105
	Lip	29	Prot	24		Lip	17	Prot	40		Lip	25	Prot	22		Lip	21	Prot	34		Lip	12	Prot	33
Makarroiak tomatearekin Patata tortila labean entsaladarekin Fruta sasoikoa Macarrones con tomate Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta de temporada					Indaba gorriak bertako barazkiekin Brokolia patatekin Jogurta Alubias rojas con verduras locales Brocoli con patatas Yogur					Porru- eta ziazerba-krema Paisana tortila Fruta sasoikoa Crema de puerros y espinacas Tortilla paisana Fruta de temporada					Patata gisatuak (gg) Landare xerra arrautzaztatua piper gorriekin Fruta sasoikoa Patatas guisadas (gg) Filete vegetal a la romana con pimientos rojos Fruta de temporada					Barazki-menestra Dilistak bertako barazkiekin Jogurta Menestra de verduras Lentejas con verduras locales Yogur				
23	Kcal	614	HC	103	24	Kcal	704	HC	120	25	Kcal	709	HC	67	26	Kcal	806	HC	133	27	Kcal	757	HC	92
	Lip	10	Prot	30		Lip	14	Prot	30		Lip	31	Prot	38		Lip	15	Prot	36		Lip	35	Prot	21
Dilistak bertako barazkiekin Ziazerbak patatekin Fruta sasoikoa Lentejas con verduras locales Espinacas con patatas Fruta de temporada					Fideo zopa (gg) Indaba zuriak bertako barazkiekin Jogurta Sopa de fideos (gg) Alubias blancas con verduras locales Yogur					Lekak patatekin Arrautza egosiak tomate-saltsarekin Fruta sasoikoa Vainas con patatas Huevos cocidos con salsa de tomate Fruta de temporada					Arroza tomatearekin Landare-xerra jardineran Fruta sasoikoa Arroz con tomate Filete vegetal a la romana con jardinera Fruta de temporada					Bertako kalabaza-krema Patata tortila labean entsaladarekin Aihoria Crema de calabaza local Tortilla de patata al horno con ensalada Natillas				
30	Kcal	960	HC	160	31	Kcal	722	HC	89															
	Lip	24	Prot	30		Lip	32	Prot	22															
Garbantzuak bertako barazkiekin Makarroiak tomatearekin Fruta sasoikoa Garbanzos con verduras locales Macarrones con tomate Fruta de temporada					Bertako barazki-krema Patata tortila labean entsaladarekin Edateko jogurta Crema de verduras locales Tortilla de patata al horno con ensalada Yogur bebible																			