



ASTELEHENA / LUNES

ASTEARTEA / MARTES

ASTEAZKENA / MIERCOLES

OSTEGUNA / JUEVES

OSTIRALA / VIERNES

ASTELEHENA / LUNES					ASTEARTEA / MARTES					ASTEAZKENA / MIERCOLES					OSTEGUNA / JUEVES					OSTIRALA / VIERNES				
															1 Kcal 675 HC 64 Lip 20 Prot 58	2 Kcal 875 HC 94 Lip 38 Prot 39								
															Barazki-menestra Oilasko-izterra txanpinoiekin Fruta sasoikoa Menestra de verduras Muslo de pollo con champiñones Fruta de temporada	Dilistak bertako barazkiekin Albondigak tomate-saltsarekin Fruta sasoikoa Lentejas con verduras locales Albondigas con salsa de tomate Fruta de temporada								
5 Kcal 747 HC 118 Lip 14 Prot 41						6 Kcal 703 HC 78 Lip 33 Prot 25						7 Kcal 865 HC 105 Lip 27 Prot 49						8 Kcal 768 HC 81 Lip 24 Prot 59	9 Kcal 707 HC 81 Lip 32 Prot 26					
Barazki-paella Indioilar gisatua entsaladarekin Fruta sasoikoa Paella vegetal Pavo guisado con ensalada Fruta de temporada						Hegazti-zopa fideoekin Patata tortila labean entsaladarekin Fruta sasoikoa Sopa de ave con fideos Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta de temporada						Dilistak bertako barazkiekin Txahal-xerra jardinera erera Jogurta Lentejas con verduras locales Filete de ternera a la jardinera Yogur						Patata gisatuak Oilasko-izterra barazi saltsan Fruta sasoikoa Patatas guisadas Muslo de pollo en salsa de verduras Fruta de temporada	Bertako barazki-krema Hanburgesa patatekin Fruta sasoikoa Crema de verduras locales Hamburguesa con patatas Fruta de temporada					
12 Kcal 844 HC 107 Lip 34 Prot 31						13 Kcal 746 HC 121 Lip 11 Prot 46						14 Kcal 749 HC 85 Lip 26 Prot 45						15 Kcal 903 HC 97 Lip 35 Prot 53	16 Kcal 709 HC 116 Lip 14 Prot 34					
Garbantzauak bertako kalabazarekin Patata tortila labean entsaladarekin Fruta sasoikoa Garbanzos con calabaza local Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta de temporada						Arroza tomatearekin Indioilar bularkia labean txanpinoiekin Fruta sasoikoa Arroz con tomate Pechuga de pavo al horno con champiñones Fruta de temporada						Porrusalda Txahal-gisatua piper gorriekin Aihoria Purrusalda Guisado de ternera con pimientos rojos Natillas						Babarrun zurien lapikokoa Txerri-giarra labean entsaladarekin Fruta sasoikoa Cocido de alubias blancas Guiarra de cerdo al horno con ensalada Fruta de temporada	Barazki-paella Oilasko-bularkia patatatekin Fruta sasoikoa Paella vegetal Pechuga de pollo con patatas Fruta de temporada					
19 Kcal 696 HC 105 Lip 15 Prot 38						20 Kcal 781 HC 87 Lip 41 Prot 30						21 Kcal 810 HC 105 Lip 31 Prot 31						22 Kcal 0 HC 0 Lip 0 Prot 0	23 Kcal 690 HC 90 Lip 13 Prot 55					
Makarroiak tomatearekin Oilasko-bularkia patatatekin Fruta sasoikoa Macarrones con tomate Pechuga de pollo con patatas Fruta de temporada						Porrusalda krema Behi-hanburgesa 100% azenario eta txanpinoiekin Fruta sasoikoa Crema de purrusalda Hamburguesa 100% vacuno con zanahoria y champiñon Fruta de temporada						Indaba gorriak bertako barazkiekin Patata tortila labean entsaladarekin Fruta sasoikoa Alubias rojas con verduras locales Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta de temporada						Lekak patatekin Solomo ontzutua entsaladarekin Gazta txikia "la vaca que rie" Vainas con patatas Lomo adobado con ensalada Quesitos la vaca que rie	Dilistak bertako barazkiekin Indioilar gisatua entsaladarekin Fruta sasoikoa Lentejas con verduras locales Pavo guisado con ensalada Fruta de temporada					
26 Kcal 717 HC 71 Lip 24 Prot 55						27 Kcal 883 HC 106 Lip 38 Prot 34						28 Kcal 887 HC 111 Lip 35 Prot 36						29 Kcal 700 HC 74 Lip 23 Prot 46						
Porru- eta ziazerba-krema Oilasko-izterra patatekin Fruta sasoikoa Crema de puerros y espinacas Muslo de pollo con patatas Fruta de temporada						Garbantzauak bertako barazkiekin Patata eta txorizo tortila labean entsaladarekin Edateko jogurta Garbanzos con verduras locales Tortilla de patata y chorizo al horno con ensalada Yogur bebible						Makarroiak bolognesa Oilasko-hegalak piper gorriekin Fruta sasoikoa Macarrones bolognesa Alitas de pollo con pimientos rojos Fruta de temporada						Lekak patatekin Txahal-gisatua barazki-saltsan Fruta sasoikoa Vainas con patatas Guisado de ternera en salsa de verduras Fruta de temporada						