



ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
		1	2 Kcal 810 HC 87 Lip 21 Prot 69	3 Kcal 689 HC 82 Lip 32 Prot 20
		JAIA FIESTA	Dilistak bertako barazkiekin Oilasko-izterra patatekin Sasoiko fruta Lentejas con verduras locales Muslo de pollo con patatas Fruta de temporada	Porrusalda krema Patata eta txorizo tortila labean entsaladarekin Sasoiko fruta Crema de purrusalda Tortilla de patata y chorizo al horno con ensalada Fruta de temporada
6 Kcal 878 HC 113 Lip 35 Prot 32	7 Kcal 670 HC 75 Lip 23 Prot 43	8 Kcal 827 HC 81 Lip 30 Prot 61	9 Kcal 738 HC 95 Lip 17 Prot 52	10 Kcal 695 HC 79 Lip 32 Prot 22
Makarroiak tomatearekin Hamburguesa jardinera erara Sasoiko fruta Macarrones con tomate Hamburguesa a la jardinera Fruta de temporada	Barazki-krema Txahal-gisatua barazki-saltsan Sasoiko fruta Crema de verduras Guisado de ternera en salsa de verduras Fruta de temporada	Patatak errioxar erara Oilasko-izterra entsaladarekin Sasoiko fruta Patatas a la riojana Muslo de pollo con ensalada Fruta de temporada	Dilistak bertako barazkiekin Solomoa labean patatekin Aihoria Lentejas con verduras locales Lomo fresco al horno con patatas Natillas	Barazki-menestra Patata tortila labean entsaladarekin Sasoiko fruta Menestra de verduras Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta de temporada
13 Kcal 786 HC 76 Lip 24 Prot 71	14 Kcal 703 HC 78 Lip 33 Prot 25	15 Kcal 657 HC 74 Lip 25 Prot 36	16 Kcal 556 HC 88 Lip 13 Prot 25	17 Kcal 878 HC 128 Lip 28 Prot 34
Dilistak bertako barazkiekin Oilasko-izterra patatekin Gazta txikia "la vaca que rie" Lentejas con verduras locales Muslo de pollo con patatas Quesitos la vaca que rie	Hegazti-zopa fideoekin Patata tortila labean entsaladarekin Sasoiko fruta Sopa de ave con fideos Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta de temporada	Bertako kalabaza-krema Txahal-xerra entsaladarekin Sasoiko fruta Crema de calabaza local Filete de ternera con ensalada Fruta de temporada	Garbantzu erregosiak Indioilar bularkia labean patatekin Sasoiko fruta Garbanzos estofados Pechuga de pavo al horno con patatas Fruta de temporada	Arroza tomatearekin Txerri-giarra patatekin Sasoiko fruta Arroz con tomate Guiarra de cerdo con patatas Fruta de temporada
20 Kcal 670 HC 85 Lip 17 Prot 46	21 Kcal 810 HC 105 Lip 31 Prot 31	22 Kcal 737 HC 70 Lip 27 Prot 57	23 Kcal 762 HC 106 Lip 18 Prot 48	24 Kcal 816 HC 114 Lip 25 Prot 38
Patata gisatuak Oilasko-bularkia azenario eta txanpinoiekin Sasoiko fruta Patatas guisadas Pechuga de pollo con zanahoria y champiñon Fruta de temporada	Indaba zuriak bertako barazkiekin Patata tortila labean entsaladarekin Sasoiko fruta Alubias blancas con verduras locales Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta de temporada	Porru- eta ziazerba-krema Oilasko-izterra entsaladarekin Edateko jogurta Crema de puerros y espinacas Muslo de pollo con ensalada Yogur bebible	Makarroiak bolognesa Indioilar gisatua piper gorriekin Sasoiko fruta Macarrones bolognesa Pavo guisado con pimientos rojos Fruta de temporada	Haragi-paella Txahal-xerra patatekin Sasoiko fruta Paella de carne Filete de ternera con patatas Fruta de temporada
27 Kcal 673 HC 77 Lip 21 Prot 46	28 Kcal 709 HC 80 Lip 29 Prot 30	29 Kcal 848 HC 102 Lip 36 Prot 32	30 Kcal 599 HC 75 Lip 16 Prot 40	31 Kcal 810 HC 87 Lip 21 Prot 69
Porrusalda Txahal-gisatua txanpinoiekin Jogurta Purrusalda Guisado de ternera con champiñones Yogur	Lekak patatekin Solomo ontzutua entsaladarekin Sasoiko fruta Vainas con patatas Lomo adobado con ensalada Fruta de temporada	Garbantzuak bertako barazkiekin Patata eta txorizo tortila labean entsaladarekin Sasoiko fruta Garbanzos con verduras locales Tortilla de patata y chorizo al horno con ensalada Fruta de temporada	Bertako barazki-krema Indioilar gisatua entsaladarekin Sasoiko fruta Crema de verduras locales Pavo guisado con ensalada Fruta de temporada	Dilistak bertako barazkiekin Oilasko-izterra patatekin Sasoiko fruta Lentejas con verduras locales Muslo de pollo con patatas Fruta de temporada