



ASTELEHENA / LUNES				ASTEARTEA / MARTES				ASTEAZKENA / MIERCOLES				OSTEGUNA / JUEVES				OSTIRALA / VIERNES			
								<b>1</b>				<b>2</b> Kcal 919 HC 122 Lip 35 Prot 34				<b>3</b> Kcal 796 HC 102 Lip 19 Prot 52			
								JAIA FIESTA				Kirikilak tomatearekin Patata tortila labean entsaladarekin <b>Jogurta</b> Espirales con tomate Tortilla de patata al horno con ensalada Yogur				Dilistak bertako barazkiekin Bakailaoa errioxako erara <b>Sasoiko fruta</b> Lentejas con verduras locales Bacalao a la riojana Fruta de temporada			
<b>6</b> Kcal 752 HC 89 Lip 26 Prot 44				<b>7</b> Kcal 757 HC 81 Lip 39 Prot 22				<b>8</b> Kcal 800 HC 152 Lip 13 Prot 27				<b>9</b> Kcal 682 HC 89 Lip 20 Prot 39				<b>10</b> Kcal 728 HC 98 Lip 22 Prot 35			
Babarrun zuriak bertako kalabazarekin Izokina saltsa berdean <b>Sasoiko fruta</b> Alubias blancas con calabaza local Salmon en salsa verde Fruta de temporada				Bertako barazki-krema Patata eta hegalabur tortila labean entsaladarekin <b>Sasoiko fruta</b> Crema de verduras locales Tortilla de patata y atun al horno con ensalada Fruta de temporada				Barazki-paella Brokolia patatekin <b>Sasoiko fruta</b> Paella vegetal Brocoli con patatas Fruta de temporada				Porrusalda Abadira arrautzaztatua azenario eta txanpinoiekin <b>Aihoria</b> Purrusalda Abadejo a la romana con zanahoria y champiñon Natillas				Dilistak bertako barazkiekin <b>Paisana tortila</b> <b>Sasoiko fruta</b> Lentejas con verduras locales <b>Tortilla paisana</b> Fruta de temporada			
<b>13</b> Kcal 709 HC 66 Lip 32 Prot 37				<b>14</b> Kcal 770 HC 92 Lip 23 Prot 48				<b>15</b> Kcal 693 HC 98 Lip 30 Prot 17				<b>16</b> Kcal 646 HC 72 Lip 33 Prot 21				<b>17</b> Kcal 848 HC 148 Lip 17 Prot 33			
Barazki-menestra Arrautza egosiak tomate-saltsarekin <b>Sasoiko fruta</b> Menestra de verduras Huevos cocidos con salsa de tomate Fruta de temporada				Dilistak bertako barazkiekin Legatza arrautzaztatua entsaladarekin <b>Sasoiko fruta</b> Lentejas con verduras locales Merluza a la romana con ensalada Fruta de temporada				Fideo zopa (gg) Hegaluze-enpanadillak entsaladarekin <b>Sasoiko fruta</b> Sopa de fideos (gg) Empanadillas de bonito con ensalada Fruta de temporada				Bertako kalabaza-krema Patata tortila labean entsaladarekin <b>Gazta txikia "la vaca que rie"</b> Crema de calabaza local Tortilla de patata al horno con ensalada Quesitos la vaca que rie				Makarroiak tomatearekin Garbantzuak bertako barazkiekin <b>Sasoiko fruta</b> Macarrones con tomate Garbanzos con verduras locales Fruta de temporada			
<b>20</b> Kcal 756 HC 96 Lip 27 Prot 34				<b>21</b> Kcal 715 HC 136 Lip 11 Prot 24				<b>22</b> Kcal 842 HC 161 Lip 12 Prot 30				<b>23</b> Kcal 671 HC 86 Lip 27 Prot 23				<b>24</b> Kcal 691 HC 93 Lip 23 Prot 30			
Dilistak bertako barazkiekin Patata tortila labean entsaladarekin <b>Sasoiko fruta</b> Lentejas con verduras locales Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta de temporada				Barraskiloak tomatearekin Azalorea patatekin <b>Sasoiko fruta</b> Caracolillos con tomate Coliflor con patatas Fruta de temporada				Indaba zuriak bertako barazkiekin Barazki-paella <b>Sasoiko fruta</b> Alubias blancas con verduras locales Paella vegetal Fruta de temporada				Porru- eta ziazerba-krema <b>Paisana tortila</b> Edateko jogurta Crema de puerros y espinacas Tortilla paisana Yogur bebible				Patata gisatuak (gg) Izokina meniere erara <b>Sasoiko fruta</b> Patatas guisadas (gg) Salmon meniere Fruta de temporada			
<b>27</b> Kcal 706 HC 69 Lip 32 Prot 37				<b>28</b> Kcal 849 HC 139 Lip 27 Prot 18				<b>29</b> Kcal 671 HC 107 Lip 10 Prot 34				<b>30</b> Kcal 843 HC 99 Lip 31 Prot 46				<b>31</b> Kcal 891 HC 113 Lip 38 Prot 27			
Barazki-krema Arrautza egosiak tomate-saltsarekin <b>Jogurta</b> Crema de verduras Huevos cocidos con salsa de tomate Yogur				Barazki-paella Bakailao-kroketak entsaladarekin <b>Sasoiko fruta</b> Paella vegetal Croquetas de bacalao con ensalada Fruta de temporada				Lekak patatekin Dilistak bertako barazkiekin <b>Sasoiko fruta</b> Vainas con patatas Lentejas con verduras locales Fruta de temporada				Garbantzuak bertako kalabazarekin Abadira arrautzaztatua maionesarekin <b>Jogurta</b> Garbanzos con calabaza local Abadejo a la romana con mahonesa Yogur				Makarroi integralak tomatekin Patata eta hegalabur tortila labean entsaladarekin <b>Sasoiko fruta</b> Macarrones integrales con tomate Tortilla de patata y atun al horno con ensalada Fruta de temporada			