



ASTELEHENA / LUNES					ASTEARTEA / MARTES				ASTEAZKENA / MIERCOLES				OSTEGUNA / JUEVES				OSTIRALA / VIERNES			
									1				2 Kcal 735 HC 73 Lip 34 Prot 34				3 Kcal 667 HC 90 Lip 16 Prot 42			
									JAIA				Hegazti-zopa fideoekin Solomo freskoa entsaladarekin Edateko jogurta Sopa de ave con fideos Lomo fresco con ensalada (cm) Yogur bebible				Dilistak barazkiekin (kh) Legatza marinel saltsan (kh) Sasoiko fruta Lentejas con verduras (cm) Merluza en salsa marinera (cm) Fruta de temporada			
													Krema - Arraultz - Fruta Crema - Huevo - Fruta				Barazki - Hegazti - Esnekia Verdura - Ave - Lácteo			
6 Kcal 925 HC 104 Lip 42 Prot 36					7 Kcal 811 HC 126 Lip 18 Prot 39				8 Kcal 697 HC 76 Lip 25 Prot 46				9 Kcal 834 HC 110 Lip 37 Prot 25				10 Kcal 751 HC 87 Lip 24 Prot 47			
Babarrun zuriak bertako kalabazarekin Patata eta txorizo tortila labean entsaladarekin (kh) Sasoiko fruta Alubias blancas con calabaza local Tortilla de patata y chorizo al horno con ensalada (cm) Fruta de temporada					Makarroiak tomatearekin (kh) Hegazti-hanburgesa jardinerera erara Sasoiko fruta Macarrones con tomate (cm) Hamburguesa de ave a la jardinerera (cm) Fruta de temporada				Barazki-krema Txahal-gisatua barazki-saltsan (kh) Jogurta Crema de verduras Guisado de ternera en salsa de verduras (cm) Yogur				Patatak errioxar erara Hegaluze-enpanadillak entsaladarekin Sasoiko fruta Patatas a la riojana Empanadillas de bonito con ensalada Fruta de temporada				Dilistak barazkiekin (kh) Arrain freskoa arrautzaztatua maionesarekin Sasoiko fruta Lentejas con verduras (cm) Pescado fresco a la romana con mahonesa Fruta de temporada			
Barazki - Hegazti - Jogurta Verdura - Ave - Yogur					Krema - Arraina - Jogurta Crema - Pescado - Yogur				Arroza - Arraina - Fruta Arroz - Pescado - Fruta				Zopa - Arraultz - Jogurta Sopa - Huevo - Yogur				Barazki - Haragi - Esnekia Verdura - Carne - Lácteo			
13 Kcal 812 HC 93 Lip 36 Prot 27					14 Kcal 724 HC 138 Lip 5 Prot 31				15 Kcal 795 HC 77 Lip 42 Prot 28				16 Kcal 734 HC 84 Lip 28 Prot 38				17 Kcal 767 HC 106 Lip 20 Prot 45			
Barazki-menestra Behi- eta txerri-albondigak piper gorriekin Sasoiko fruta Menestra de verduras Albondigas de vacuno y cerdo con pimientos rojos (cm) Fruta de temporada					Dilistak barazkiekin (kh) Barazki-paella (kh) Sasoiko fruta Lentejas con verduras (cm) Paella vegetal (cm) Fruta de temporada				Hegazti-zopa fideoekin Patata eta hegalabur tortila labean entsaladarekin Sasoiko fruta Sopa de ave con fideos Tortilla de patata y atun al horno con ensalada Fruta de temporada				Bertako kalabaza-krema Txahal-xerra ogi birrineztatua entsaladarekin (kh) Flana Crema de calabaza local Filete de ternera empanado con ensalada (cm) Flan				Garbantzu erregosiak Legatza meniere erara Sasoiko fruta Garbanzos estofados Merluza meniere Fruta de temporada			
Pasta - Hegazti - Jogurta Pasta - Ave - Yogur					Patata - Arraultz - Jogurta Patata - Huevo - Yogur				Barazki - Arraina - Jogurta Verdura - Pescado - Yogur				Krema - Arraina - Fruta Crema - Pescado - Fruta				Barazki - Arraultz - Esnekia Verdura - Huevo - Lácteo			
20 Kcal 695 HC 82 Lip 20 Prot 47					21 Kcal 825 HC 96 Lip 35 Prot 36				22 Kcal 810 HC 105 Lip 31 Prot 31				23 Kcal 858 HC 62 Lip 45 Prot 53				24 Kcal 895 HC 117 Lip 28 Prot 41			
Dilistak barazkiekin (kh) Izokina saltsa berdean (kh) Sasoiko fruta Lentejas con verduras (cm) Salmon en salsa verde (cm) Fruta de temporada					Patata gisatuak Behi-hanburgesa 100% azenario eta txanpinoiekin (kh) Sasoiko fruta Patatas guisadas Hamburguesa 100% vacuno con zanahoria y champiñon (cm) Fruta de temporada				Indaba zuriak bertako barazkiekin Patata tortila labean entsaladarekin (kh) Sasoiko fruta Alubias blancas con verduras locales Tortilla de patata al horno con ensalada (cm) Fruta de temporada				Porru- eta ziazerba-krema Oilasko-izterra errea entsaladarekin Gazta txikia "la vaca que rie" eta irasagarra Crema de puerros y espinacas Muslo de pollo asado con ensalada Quesito la vaca que rie con membrillo				Makarroi integralak bolognesa (kh) Legatza arrautzaztatua piper gorriekin Sasoiko fruta Macarrones integrales bolognesa (cm) Merluza a la romana con pimientos rojos Fruta de temporada			
Barazki - Arraultz - Jogurta Verdura - Huevo - Yogur					Zopa - Arraina - Jogurta Sopa - Pescado - Yogur				Patata - Arraina - Esnekia Patata - Pescado - Lácteo				Arroza - Haragi - Fruta Arroz - Carne - Fruta				Krema - Arraultz - Jogurta Crema - Huevo - Yogur			
27 Kcal 692 HC 118 Lip 12 Prot 34					28 Kcal 725 HC 92 Lip 18 Prot 50				29 Kcal 709 HC 80 Lip 29 Prot 30				30 Kcal 897 HC 98 Lip 41 Prot 34				31 Kcal 645 HC 71 Lip 24 Prot 38			
Haragi-paella (kh) Legatza errioxar erara Sasoiko fruta Paella de carne (cm) Merluza a la riojana (cm) Fruta de temporada					Marmitakoa Txahal-gisatua txanpinoiekin (kh) Sasoiko fruta Marmitako Guisado de ternera con champiñones (cm) Fruta de temporada				Lekak patatekin Solomo ontzutua entsaladarekin Sasoiko fruta Vainas con patatas Lomo adobado con ensalada Fruta de temporada				Garbantzuak bertako barazkiekin (kh) Patata eta txorizo tortila labean entsaladarekin (kh) Sasoiko fruta Garbanzos con verduras (cm) Tortilla de patata y chorizo al horno con ensalada (cm) Fruta de temporada				Barazki-krema (kh) Bakailaoa arrautzaztatua entsaladarekin Edateko jogurta Crema de verduras y legumbre (cm) Bacalao a la romana con ensalada Yogur bebible			
Entsalada - Arraultz - Jogurta Ensalada - Huevo - Yogur					Entsalada - Arraina - Jogurta Ensalada - Pescado - Yogur				Zopa - Arraultz - Jogurta Sopa - Huevo - Yogur				Barazki - Arraina - Esnekia Verdura - Pescado - Lácteo				Arroza - Haragi - Fruta Arroz - Carne - Fruta			

