



ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
				<b>1</b> Kcal 700 HC 74 Lip 23 Prot 46  <b>Lekak patatekin</b> <b>Txahal-gisatua barazki-saltsan (kh)</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Vainas con patatas Guisado de ternera en salsa de verduras (cm) Fruta de temporada  <b>Patata - Arraina - Yogurra</b> Patata - Pescado - Yogur
<b>4</b> Kcal 767 HC 92 Lip 23 Prot 48  <b>Dilistak barazkiekin (kh)</b> <b>Legatza arrautzatzatua entsaladarekin</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Lentejas con verduras (cm) Merluza a la romana con ensalada Fruta de temporada	<b>5</b> Kcal 839 HC 85 Lip 43 Prot 30  <b>Hegazti-zopa fideoekin</b> <b>Patata eta hegalabur tortila labean entsaladarekin (kh)</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Sopa de ave con fideos Tortilla de patata y atun al horno con ensalada (cm) Fruta de temporada	<b>6</b> Kcal 727 HC 80 Lip 30 Prot 38  <b>Patatak errioxar erara</b> <b>Izokina saltsa berdean</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Patatas a la riojana Salmon en salsa verde Fruta de temporada	<b>7</b> Kcal 856 HC 150 Lip 15 Prot 34  <b>Arroza tomatearekin (kh)</b> <b>Txahal-xerra ogi birrineztatua</b> <b>jardinera erara</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Arroz con tomate (cm) Filete de ternera empanado a la jardinera (cm) Fruta de temporada	<b>8</b> Kcal 802 HC 71 Lip 45 Prot 30  <b>Barazki-krema</b> <b>Hegazti saltxitxa freskoak egosiak tomate saltsan</b> <b>Jogurta</b> Crema de verduras Salchichas frescas de ave cocidas con salsa de tomate Yogur
<b>Arroza - Arrautz - Yogurra</b> Arroz - Huevo - Yogur	<b>Entsalada - Haragi - Yogurra</b> Ensalada - Carne - Yogur	<b>Barazki - Hegazti - Yogurra</b> Verdura - Ave - Yogur	<b>Krema - Arraina - Yogurra</b> Crema - Pescado - Yogur	<b>Pasta - Arrautz - Fruta</b> Pasta - Huevo - Fruta
<b>11</b> Kcal 827 HC 98 Lip 36 Prot 33	<b>12</b> Kcal 933 HC 72 Lip 49 Prot 53	<b>13</b> Kcal 724 HC 138 Lip 5 Prot 31	<b>14</b> Kcal 902 HC 117 Lip 31 Prot 44	<b>15</b> Kcal 933 HC 99 Lip 45 Prot 34
<b>Porrusalda</b> <b>Behi-hanburgesa 100% piper gorriekin (kh)</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Porrusalda Hamburguesa 100% vacuno con pimientos rojos (cm) Fruta de temporada	<b>Bertako barazki-krema</b> <b>Oilasko-izterra errea patata frijituekin</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Crema de verduras locales Muslo de pollo asado con patatas fritas Fruta de temporada	 <b>Dilistak barazkiekin (kh)</b> <b>Barazki-paella (kh)</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Lentejas con verduras (cm) Paella vegetal (cm) Fruta de temporada	<b>Makarroi integralak italiar erara (kh)</b> <b>Arrain freskoa erromatar erara entsaladarekin</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Macarrones integrales italiana (cm) Pescado fresco a la romana con ensalada Fruta de temporada	<b>Garbantzuak bertako barazkiekin</b> <b>Patata eta txorizo tortila labean entsaladarekin (kh)</b> <b>Gazta txikia "la vaca que rie" eta irasagarra</b> Garbanzos con verduras locales Tortilla de patata y chorizo al horno con ensalada (cm) Quesito la vaca que rie con membrillo
<b>Entsalada - Arraina - Yogurra</b> Ensalada - Pescado - Yogur	<b>Arroza - Arrautz - Yogurra</b> Arroz - Huevo - Yogur	<b>Barazki - Arraina - Yogurra</b> Verdura - Pescado - Yogur	<b>Krema - Hegazti - Esnekia</b> Crema - Ave - Lácteo	<b>Barazki - Haragi - Fruta</b> Verdura - Carne - Fruta
<b>18</b> Kcal 697 HC 76 Lip 25 Prot 46	<b>19</b> Kcal 913 HC 136 Lip 33 Prot 23	<b>20</b> Kcal 682 HC 91 Lip 11 Prot 55	<b>21</b> Kcal 687 HC 72 Lip 23 Prot 34	<b>22</b> Kcal 849 HC 104 Lip 35 Prot 34
 <b>Bertako barazki-krema</b> <b>Txahal-gisatua barazki-saltsan (kh)</b> <b>Jogurta</b> Crema de verduras locales Guisado de ternera en salsa de verduras (cm) Yogur	<b>Haragi-paella</b> <b>Urdaiazpiko kroketak entsaladarekin</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Paella de carne Croquetas de jamon con ensalada Fruta de temporada	<b>Dilistak barazkiekin (kh)</b> <b>Bakailaoa errioxako erara (kh)</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Lentejas con verduras (cm) Bacalao a la riojana (cm) Fruta de temporada	<b>Barazki-menestra (kh)</b> <b>Hegazti-hanburgesa txanpinoiekin</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Menestra de verduras (cm) Hamburguesa de ave con champiñon Fruta de temporada	<b>Babarrun zurien lapikokoa</b> <b>Patata tortila labean entsaladarekin (kh)</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Cocido de alubias blancas Tortilla de patata al horno con ensalada (cm) Fruta de temporada
<b>Zopa - Arraina - Fruta</b> Sopa - Pescado - Fruta	<b>Barazki - Arrautz - Esnekia</b> Verdura - Huevo - Lácteo	<b>Barazki - Haragi - Yogurra</b> Verdura - Carne - Yogur	<b>Arroza - Arraina - Yogurra</b> Arroz - Pescado - Yogur	<b>Krema - Arraina - Yogurra</b> Crema - Pescado - Yogur
<b>25</b> Kcal 660 HC 90 Lip 9 Prot 55	<b>26</b> Kcal 864 HC 110 Lip 30 Prot 41	<b>27</b> Kcal 700 HC 85 Lip 32 Prot 21	<b>28</b>	<b>29</b>
<b>Dilistak bertako barazkiekin</b> <b>Indioilar gisatua jardinera erara</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Lentejas con verduras locales Pavo guisado a la jardinera Fruta de temporada	<b>Makarroiak bolognesa</b> <b>Legatza arrautzatzatua entsaladarekin</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Macarrones bolognesa Merluza a la romana con ensalada Fruta de temporada	<b>Bertako barazki-krema</b> <b>Patata tortila labean entsaladarekin</b> <b>Edateko jogurta</b> Crema de verduras locales Tortilla de patata al horno con ensalada Yogur bebible	JAIA  FIESTA	JAIA  FIESTA

