



ASTELEHENA / LUNES		ASTEARTEA / MARTES		ASTEAZKENA / MIERCOLES		OSTEGUNA / JUEVES		OSTIRALA / VIERNES	
<b>1</b>		<b>2</b> Kcal 763 HC 75 Lip 42 Prot 24		<b>3</b> Kcal 871 HC 99 Lip 33 Prot 48		<b>4</b> Kcal 703 HC 97 Lip 19 Prot 40		<b>5</b> Kcal 721 HC 61 Lip 39 Prot 33	
JAIA		 <b>Barazki krema</b> <b>Albondigak barazki saltsan</b> <b>Fruta freskoa</b> Crema de verduras Albondigas en salsa de verduras Fruta fresca		<b>Garbantzuzko erregosiak</b> <b>Legatz arrautzaztatua mahonesarekin</b> <b>Edateko yogurra</b> Garbanzos estofados Merluza a la romana con mahonesa Yogur bebible		 <b>Arrozezko entsalada</b> <b>Indioilar bularkia jardinerara</b> <b>Fruta freskoa</b> Ensalada de arroz Pechuga a la jardinera Fruta fresca		 <b>Barazki menestra</b> <b>Arraultz frijituak txistorrarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Menestra de verduras Huevos fritos con chistorra Fruta fresca	
FIESTA		<b>Patata - Arraina - Yogurra</b> Patata - Pescado - Yogur		<b>Barazki - Haragi - Fruta</b> Verdura - Carne - Fruta		<b>Krema - Hegazti - Yogurra</b> Crema - Ave - Yogur		<b>Arroza - Arraina - Esnekia</b> Arroz - Pescado - Lácteo	
<b>8</b> Kcal 786 HC 88 Lip 37 Prot 28		<b>9</b> Kcal 937 HC 118 Lip 33 Prot 46		<b>10</b> Kcal 895 HC 114 Lip 27 Prot 54		<b>11</b> Kcal 708 HC 73 Lip 22 Prot 56		<b>12</b> Kcal 711 HC 106 Lip 15 Prot 43	
 <b>Patatak saltsa berdean</b> <b>Nuggets-ak entsaladarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Patatas en salsa verde Nuggets con ensalada Fruta fresca		 <b>Dilistiak porruarekin</b> <b>Frankfurt ketchuparekin</b> <b>Izozkia</b> Lentejas con puerros Frankfurt con ketchup Helado		 <b>Karakolilloak italiar erara</b> <b>Bakailaoa erromatar erara entsaladarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Caracillos italiana Bacalao a la romana con ensalada Fruta fresca		 <b>Kui krema</b> <b>Oilasko izterra piper gorriekin</b> <b>Jogurta</b> Crema de calabaza Muslo de pollo con pimientos rojos Yogur		 <b>Indaba zuriak barazkiekin</b> <b>Legatza meniere eran</b> <b>Fruta freskoa</b> Alubias blancas con verduras Merluza meniere Fruta fresca	
<b>Barazki - Arraina - Yogurra</b> Verdura - Pescado - Yogur		<b>Zopa - Hegazti - Fruta</b> Sopa - Ave - Fruta		<b>Barazki - Arraultz - Esnekia</b> Verdura - Huevo - Lácteo		<b>Entsalada - Arraina - Fruta</b> Ensalada - Pescado - Fruta		<b>Krema - Haragi - Esnekia</b> Crema - Carne - Lácteo	
<b>15</b> Kcal 879 HC 131 Lip 34 Prot 20		<b>16</b> Kcal 617 HC 70 Lip 23 Prot 38		<b>17</b> Kcal 802 HC 88 Lip 35 Prot 39		<b>18</b> Kcal 650 HC 77 Lip 20 Prot 42		<b>19</b> Kcal 870 HC 98 Lip 23 Prot 55	
 <b>Paella mixtoa</b> <b>San jakoboa entsaladarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Paella mixta San jacobito con ensalada Fruta fresca		 <b>Barazki krema</b> <b>Txahal gisatua barazki saltsan</b> <b>Jogurta</b> Crema de verduras Guisado de ternera en salsa de verduras Yogur		 <b>Indaba gorriak odolostearrekin</b> <b>Tortilla frantsesa entsaladarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Cocido de alubias rojas Tortilla francesa con ensalada Fruta fresca		 <b>Lekak patatekin</b> <b>Solomo adobatuta txanpiñoekin</b> <b>Aihoria</b> Vainas con patatas Lomo adobado con champiñones Natillas		 <b>Dilistak barazkiekin</b> <b>Atuna errioxar erara</b> <b>Fruta freskoa</b> Lentejas con verduras Atun a la riojana Fruta fresca	
<b>Barazki - Arraina - Yogurra</b> Verdura - Pescado - Yogur		<b>Zopa - Arraultz - Fruta</b> Sopa - Huevo - Fruta		<b>Krema - Arraina - Yogurra</b> Crema - Pescado - Yogur		<b>Arroza - Arraina - Fruta</b> Arroz - Pescado - Fruta		<b>Barazki - Hegazti - Yogurra</b> Verdura - Ave - Yogur	
<b>22</b> Kcal 786 HC 133 Lip 21 Prot 22		<b>23</b> Kcal 815 HC 103 Lip 27 Prot 45		<b>24</b> Kcal 701 HC 89 Lip 26 Prot 28		<b>25</b> Kcal 888 HC 128 Lip 35 Prot 26		<b>26</b> Kcal 695 HC 76 Lip 21 Prot 51	
 <b>Arroza tomatearekin</b> <b>Patata tortila entsaladarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Arroz con tomate Tortilla de patata con ensalada Fruta fresca		 <b>Garbantzuzko barazkiekin</b> <b>Legatza saltsa berdean</b> <b>Edateko yogurra</b> Garbanzos con verduras Merluza en salsa verde Yogur bebible		 <b>Porru eta espinaka krema ogi txigortuarekin</b> <b>Oilasko hegalak txanpiñoekin</b> <b>Fruta ur-zukuetan</b> Crema de puerros y espinacas con picatostes Alitas de pollo con champiñones Fruta en almibar		 <b>Makarroiak bolognesa erara</b> <b>Hegalaburrezko empanadillak entsaladarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Macarrones bolognesa Empanadillas de bonito con ensalada Fruta fresca		<b>Hegazti zopa fideoekin</b> <b>Bakailaoa arrautzaztatua piper gorriekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Sopa de ave con fideos Bacalao a la romana con pimientos rojos Fruta fresca	
<b>Krema - Arraina - Yogurra</b> Crema - Pescado - Yogur		<b>Entsalada - Arraultz - Fruta</b> Ensalada - Huevo - Fruta		<b>Zopa - Arraina - Yogurra</b> Sopa - Pescado - Yogur		<b>Barazki - Hegazti - Esnekia</b> Verdura - Ave - Lácteo		<b>Barazki - Haragi - Yogurra</b> Verdura - Carne - Yogur	
<b>29</b> Kcal 670 HC 96 Lip 19 Prot 31		<b>30</b> Kcal 700 HC 83 Lip 27 Prot 35		<b>31</b> Kcal 851 HC 122 Lip 21 Prot 50					
<b>Patata gisatuak</b> <b>Legatza errioxar erara</b> <b>Jogurta</b> Patatas guisadas Merluza a la riojana Yogur		 <b>Kui krema</b> <b>Sajoniako solomo arrautzaztatua piper gorriekin</b> <b>Izozkia</b> Crema de calabaza Lomo de sajonia rebozado con pimientos rojos Helado		 <b>Espagetiak tomate eta gaztarekin</b> <b>Txahal biribilkia jardinerara erara</b> <b>Fruta freskoa</b> Espaguetis con tomate y queso Redondo de ternera a la jardinera Fruta fresca					
<b>Entsalada - Haragi - Fruta</b> Ensalada - Carne - Fruta		<b>Arroza - Arraina - Fruta</b> Arroz - Pescado - Fruta		<b>Barazki - Arraina - Yogurra</b> Verdura - Pescado - Yogur					