



ASTELEHENA / LUNES					ASTEARTEA / MARTES					ASTEAZKENA / MIERCOLES					OSTEGUNA / JUEVES					OSTIRALA / VIERNES				
3	Kcal	761	HC	80	4	Kcal	810	HC	105	5	Kcal	689	HC	100	6	Kcal	872	HC	83	7	Kcal	837	HC	79
	Lip	26	Prot	51		Lip	31	Prot	31		Lip	20	Prot	31		Lip	42	Prot	41		Lip	44	Prot	28
Bertako kalabaza-krema Oilasko-izterra txanpinoiekin Sasoiko fruta Crema de calabaza local Muslo de pollo con champiñones 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					Makarroiak tomatearekin Legatza barazki saltsan entsaladarekin Sasoiko fruta Macarrones con tomate Merluza en salsa de verduras con ensalada Fruta de temporada					Patatak errioxar erara Behi-hanburgesa 100% entsaladarekin Sojako postrea Patatas a la riojana Hamburguesa 100% vacuno con ensalada Postre de soja					Lekak patatekin Haragi bolak piper gorriekin Sasoiko fruta Vainas con patatas Albondigas con pimientos rojos Fruta de temporada				
10	Kcal	810	HC	89	11	Kcal	826	HC	123	12	Kcal	684	HC	96	13	Kcal	670	HC	75	14	Kcal	795	HC	77
	Lip	27	Prot	53		Lip	23	Prot	37		Lip	16	Prot	38		Lip	23	Prot	43		Lip	42	Prot	28
Dilistak bertako barazkiekin Txerri-giarra labean entsaladarekin Sasoiko fruta Lentejas con verduras locales Guiarra de cerdo al horno con ensalada Fruta de temporada					Haragi-paella Oilasko-bularkia entsaladarekin Sasoiko fruta Paella de carne Pechuga de pollo con ensalada Fruta de temporada					Indaba gorriak bertako barazkiekin Arrain freskoa maionesarekin Sojako postrea Alubias rojas con verduras locales Pescado fresco con mahonesa Postre de soja					Barazki-krema Txahal-gisatua barazki-saltsan Sasoiko fruta Crema de verduras Guisado de ternera en salsa de verduras 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				
17	Kcal	799	HC	99	18	Kcal	716	HC	90	19	Kcal	743	HC	97	20	Kcal	607	HC	78	21	Kcal	971	HC	149
	Lip	28	Prot	41		Lip	25	Prot	36		Lip	24	Prot	38		Lip	17	Prot	36		Lip	34	Prot	21
Makarroiak italiar erara Izokina saltsa berdean Sojako postrea Macarrones italiana Salmon en salsa verde Postre de soja					Patata gisatuak Oilasko-bularkia entsaladarekin Sasoiko fruta Patatas guisadas Pechuga de pollo con ensalada Fruta de temporada					Garbantzuak bertako barazkiekin Legatza marinela saltsan Sasoiko fruta Garbanzos con verduras locales Merluza en salsa marinera Fruta de temporada					Kalabaza-krema Txahal-xerra jardinera erara Sasoiko fruta Crema de calabaza y legumbre Filete de ternera a la jardinera Fruta de temporada					Arroza tomatearekin Patata tortila labean entsaladarekin Postre berezia Arroz con tomate Tortilla de patata al horno con ensalada Postre especial				
24	Kcal	780	HC	118	25	Kcal	362	HC	67	26	Kcal	749	HC	81	27	Kcal	661	HC	83	28	Kcal	813	HC	114
	Lip	15	Prot	47		Lip	7	Prot	10		Lip	16	Prot	70		Lip	24	Prot	29		Lip	28	Prot	32
Haragi-paella Oilasko-bularkia leka berdeekin Sasoiko fruta Paella de carne Pechuga de pollo con judias verdes Fruta de temporada					Bertako kalabaza-krema Patata tortila labean Sasoiko fruta Crema de calabaza local Tortilla de patata al horno Fruta de temporada					Dilistak bertako barazkiekin Oilasko-izterra txanpinoiekin Sojako postrea Lentejas con verduras locales Muslo de pollo con champiñones Postre de soja					Patata gisatuak Legatza barazki saltsan piperradarekin Sasoiko fruta Patatas guisadas Merluza en salsa de verduras con piperrada Fruta de temporada					Makarroiak tomatearekin Solomo ontzutua entsaladarekin Sasoiko fruta Macarrones con tomate Lomo adobado con ensalada Fruta de temporada				

