



ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
		<b>1</b>	<b>2</b> Kcal 670 HC 91 Lip 16 Prot 41	<b>3</b> Kcal 689 HC 82 Lip 32 Prot 20
		JAIA FIESTA	Dilistak bertako barazkiekin Legatza marinela saltsan Sasoiko fruta Lentejas con verduras locales Merluza en salsa marinera Fruta de temporada	Porrusalda krema Patata eta txorizo tortila labean entsaladarekin Sasoiko fruta Crema de purrusalda Tortilla de patata y chorizo al horno con ensalada Fruta de temporada
<b>6</b> Kcal 878 HC 113 Lip 35 Prot 32	<b>7</b> Kcal 670 HC 75 Lip 23 Prot 43	<b>8</b> Kcal 827 HC 81 Lip 30 Prot 61	<b>9</b> Kcal 630 HC 88 Lip 12 Prot 40	<b>10</b> Kcal 695 HC 79 Lip 32 Prot 22
Makarroiak tomatearekin Hamburguesa jardinerara erara Sasoiko fruta Macarrones con tomate Hamburguesa a la jardinera Fruta de temporada	Barazki-krema Txahal-gisatua barazki-saltsan Sasoiko fruta Crema de verduras Guisado de ternera en salsa de verduras Fruta de temporada	Patatak errioxar erara Oilasko-izterra entsaladarekin Sasoiko fruta Patatas a la riojana Muslo de pollo con ensalada Fruta de temporada	Dilistak bertako barazkiekin Arrain freskoa maionesarekin Sojako postrea Lentejas con verduras locales Pescado fresco con mahonesa Postre de soja	Barazki-menestra Patata tortila labean entsaladarekin Sasoiko fruta Menestra de verduras Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta de temporada
<b>13</b> Kcal 823 HC 87 Lip 22 Prot 70	<b>14</b> Kcal 795 HC 77 Lip 42 Prot 28	<b>15</b> Kcal 657 HC 74 Lip 25 Prot 36	<b>16</b> Kcal 767 HC 106 Lip 20 Prot 45	<b>17</b> Kcal 878 HC 128 Lip 28 Prot 34
Dilistak bertako barazkiekin Oilasko-izterra patatekin Sojako postrea Lentejas con verduras locales Muslo de pollo con patatas Postre de soja	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 entsaladarekin Sasoiko fruta Crema de calabaza local Filete de ternera con ensalada Fruta de temporada	Garbantzu erregosiak Legatza meniere erara Sasoiko fruta Garbanzos estofados Merluza meniere Fruta de temporada	Arroza tomatearekin Txerri-giarra patatekin Sasoiko fruta Arroz con tomate Guiarra de cerdo con patatas Fruta de temporada
<b>20</b> Kcal 632 HC 85 Lip 21 Prot 29	<b>21</b> Kcal 810 HC 105 Lip 31 Prot 31	<b>22</b> Kcal 715 HC 66 Lip 26 Prot 56	<b>23</b> Kcal 760 HC 107 Lip 24 Prot 34	<b>24</b> Kcal 816 HC 114 Lip 25 Prot 38
Patata gisatuak Legatza errioxar erara Sasoiko fruta Patatas guisadas Merluza a la riojana 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	Porru- eta ziazerba-krema Oilasko-izterra entsaladarekin Sojako postrea Crema de puerros y espinacas Muslo de pollo con ensalada Postre de soja	Makarroiak bolognesa Legatza barazki saltsan piperradarekin Sasoiko fruta Macarrones bolognesa Merluza en salsa de verduras con piperrada Fruta de temporada	Haragi-paella Txahal-xerra patatekin Sasoiko fruta Paella de carne Filete de ternera con patatas Fruta de temporada
<b>27</b> Kcal 747 HC 79 Lip 23 Prot 57	<b>28</b> Kcal 709 HC 80 Lip 29 Prot 30	<b>29</b> Kcal 848 HC 102 Lip 36 Prot 32	<b>30</b> Kcal 572 HC 68 Lip 20 Prot 33	<b>31</b> Kcal 810 HC 87 Lip 21 Prot 69
Marmitakoa Txahal-gisatua txanpinoiekin Sojako postrea Marmitako Guisado de ternera con champiñones Postre de soja	Lekak patatekin Solomo ontzutua entsaladarekin Sasoiko fruta Vainas con patatas Lomo adobado con ensalada Fruta de temporada	Garbantzuak bertako barazkiekin Patata eta txorizo tortila labean entsaladarekin Sasoiko fruta Garbanzos con verduras locales Tortilla de patata y chorizo al horno con ensalada Fruta de temporada	Bertako barazki-krema Bakailaoa barazki-saltsan entsaladarekin Sasoiko fruta Crema de verduras locales Bacalao en salsa de verduras con ensalada Fruta de temporada	Dilistak bertako barazkiekin Oilasko-izterra patatekin Sasoiko fruta Lentejas con verduras locales Muslo de pollo con patatas Fruta de temporada

