



ASTELEHENA / LUNES					ASTEARTEA / MARTES					ASTEAZKENA / MIERCOLES					OSTEGUNA / JUEVES					OSTIRALA / VIERNES				
2	Kcal	713	HC	78	3	Kcal	607	HC	75	4	Kcal	813	HC	96	5	Kcal	824	HC	118	6	Kcal	780	HC	99
	Lip	31	Prot	34		Lip	19	Prot	36		Lip	19	Prot	68		Lip	28	Prot	31		Lip	25	Prot	43
Kalabazin krema Txahal-hanburgesa 100% arroza integralarekin Sasoiko fruta Crema de calabacin Hamburguesa 100% ternera con arroz integral Fruta de temporada					Patata gisatuak Bakailaoa labean entsaladarekin Sasoiko fruta Patatas guisadas Bacalao al horno con ensalada Fruta de temporada					Indaba zuriak bertako barazkiekin Oilasko-izterra landako salteatuarekin Sasoiko fruta Alubias blancas con verduras locales Muslo de pollo con salteado campestre Fruta de temporada					Makarro integralak italiar erara Patata tortila entsaladarekin Esnekia Macarrones integrales italiana Tortilla de patata con ensalada Lacteo					Garbantzuak bertako barazkiekin Izokina marinela saltsan Sasoiko fruta Garbanzos con verduras locales Salmon en salsa marinera Fruta de temporada				
Zopa - Arraina - Jogurta Sopa - Pescado - Yogur					Barazki - Haragi - Fruta Verdura - Carne - Fruta					Krema - Arraina - Jogurta Crema - Pescado - Yogur					Entsalada - Arraultz - Fruta Ensalada - Huevo - Fruta					Barazki - Hegazti - Esnekia Verdura - Ave - Lácteo				
9	Kcal	648	HC	95	10	Kcal	800	HC	87	11	Kcal	677	HC	67	12	Kcal	666	HC	89	13	Kcal	730	HC	108
	Lip	18	Prot	30		Lip	33	Prot	42		Lip	26	Prot	46		Lip	16	Prot	45		Lip	19	Prot	34
Arroz-entsalada Legatza labean azenario dadoak eta kalabazinarekin Sasoiko fruta Ensalada de arroz Merluza al horno con dados de zanahoria y calabacin Fruta de temporada					Dilista erregosiak Arrautza frijituak entsaladarekin Sasoiko fruta Lentejas estofadas Huevos fritos con ensalada Fruta de temporada					 Bertako barazki-krema Txahal-gisatua barazki-saltsan Jogurt naturala Crema de verduras locales Guisado de ternera en salsa de verduras Yogur natural					Indaba gorriak bertako barazkiekin Abadira labean entsaladarekin Sasoiko fruta Alubias rojas con verduras locales Abadejo al horno con ensalada Fruta de temporada					Brokolia patatekin Oilasko fajita Sasoiko fruta Brocoli con patatas Fajita de pollo y verduras Fruta de temporada				
Barazki - Arraultz - Jogurta Verdura - Huevo - Yogur					Zopa - Arraina - Esnekia Sopa - Pescado - Lácteo					Arroza - Arraultz - Fruta Arroz - Huevo - Fruta					Krema - Hegazti - Jogurta Crema - Ave - Yogur					Pasta - Arraina - Jogurta Pasta - Pescado - Yogur				
16	Kcal	755	HC	123	17	Kcal	802	HC	60	18	Kcal	638	HC	91	19	Kcal	512	HC	79	20	Kcal	863	HC	98
	Lip	11	Prot	45		Lip	43	Prot	41		Lip	13	Prot	41		Lip	13	Prot	23		Lip	35	Prot	43
Arroza tomatearekin Oilasko-bularkia hiru koloretako barazkiekin Sasoiko fruta Arroz con tomate Pechuga de pollo con hortalizas tricolor Fruta de temporada					Barazki-menestra Txerri-txuleta labean entsaladarekin Jogurt naturala Menestra de verduras Chuleta de cerdo al horno con ensalada Yogur natural					Dilistak bertako barazkiekin Abadira errioxar erara Sasoiko fruta Lentejas con verduras locales Abadejo a la riojana Fruta de temporada					Porrusalda krema Arrautza egosiak patatekin Sasoiko fruta Crema de purrusalda Huevos cocidos con patatas Fruta de temporada					Makarroiak bolognesa Izokina labean entsaladarekin Sasoiko fruta Macarrones bolognesa Salmon al horno con ensalada Fruta de temporada				
Krema - Arraina - Esnekia Crema - Pescado - Lácteo					Zopa - Arraina - Fruta Sopa - Pescado - Fruta					Barazki - Hegazti - Jogurta Verdura - Ave - Yogur					Arroza - Haragi - Esnekia Arroz - Carne - Lácteo					Entsalada - Arraultz - Jogurta Ensalada - Huevo - Yogur				
23					24					25					26					27				
JAIA					JAIA					JAIA					JAIA					JAIA				
FIESTA					FIESTA					FIESTA					FIESTA					FIESTA				
30																								
JAIA																								
FIESTA																								