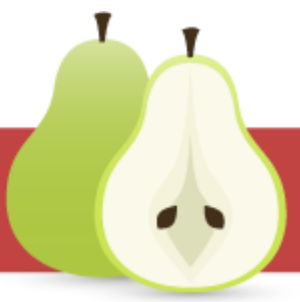




ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
2 Kcal 697 HC 83 Lip 24 Prot 42 <p>Patatak saltsa berdean Sajoniako solomoa jardinerara erara Fruta freskoa Patatas en salsa verde Lomo de sajonia a la jardinerara Fruta fresca</p>	3 Kcal 798 HC 128 Lip 23 Prot 20 <p>Dilistak bertako barazkiekin Patata tortila labean entsaladarekin Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta fresca</p>	4 Kcal 772 HC 121 Lip 20 Prot 31 <p>Arroza tomatearekin Legatz arrautzaztatua entsaladarekin Fruta freskoa Arroz con tomate Merluza a la romana con ensalada Fruta fresca</p>	5 Kcal 1098 HC 98 Lip 50 Prot 68 <p>Indaba zuriak bertako barazkiekin Oilasko izterra txips patatekin Jogurta Alubias blancas con verduras locales Muslo de pollo asado con patatas chips Yogur</p>	6 Kcal 783 HC 79 Lip 42 Prot 25 <p>Bertako barazki krema ogi txigortuarekin Albondigak barazki saltsan Fruta freskoa Crema de verduras locales con picatostes Albondigas en salsa de verduras Fruta fresca</p>
Krema - Haragi - Yogurra Crema - Carne - Yogur 9 Kcal 942 HC 110 Lip 43 Prot 27	Barazki - Arraina - Yogurra Verdura - Pescado - Yogur 10 Kcal 782 HC 110 Lip 22 Prot 41	Zopa - Arraina - Fruta Sopa - Pescado - Fruta 11 Kcal 670 HC 75 Lip 23 Prot 43	Krema - Haragi - Fruta Crema - Carne - Fruta 12 Kcal 826 HC 108 Lip 30 Prot 37	Krema - Hegazti - Yogurra Crema - Ave - Yogur 13 Kcal 695 HC 88 Lip 19 Prot 45
<p>Dilistak bertako barazkiekin Hegazti saltxitxa freskoak egosiak ketchupekin Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Salchichas frescas de ave cocidas con ketchup Fruta fresca</p>	<p>Makarroiak bolognesa erara Legatz arrautzaztatua piper gorriekin Fruta freskoa Macarrones bolognesa Merluza a la romana con pimientos rojos Fruta fresca</p>	<p>Barazki krema Txahal gisatua barazki saltsan Fruta freskoa Crema de verduras Guisado de ternera en salsa de verduras Fruta fresca</p>	<p>Indaba gorriak odolostearrekin Patata tortila labean entsaladarekin Jogurta Cocido de alubias rojas Tortilla de patata al horno con ensalada Yogur</p>	<p>Patata gisatuak Bakailaoa marinela saltsan Fruta freskoa Patatas guisadas Bacalao en salsa marinera Fruta fresca</p>
Krema - Haragi - Yogurra Crema - Carne - Yogur 16 Kcal 760 HC 76 Lip 36 Prot 29	Barazki - Hegazti - Esnekia Verdura - Ave - Lácteo 17 Kcal 840 HC 128 Lip 26 Prot 25	Arroza - Arrautz - Yogurra Arroz - Huevo - Yogur 18 Kcal 865 HC 68 Lip 44 Prot 52	Barazki - Arraina - Fruta Verdura - Pescado - Fruta 19 Kcal 850 HC 130 Lip 23 Prot 35	Krema - Hegazti - Yogurra Crema - Ave - Yogur 20 Kcal 717 HC 93 Lip 17 Prot 52
<p>Lekak patatekin Hanburgesa tomate saltsan Fruta freskoa Vainas con patatas Hamburguesa con salsa de tomate Fruta fresca</p>	<p>Dilistak bertako barazkiekin Patata tortila labean hegalaburrarekin eta entsaladarekin Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Tortilla de patata y atun al horno con ensalada Fruta fresca</p>	<p>Porrusalda krema Oilasko izterra errea entsaladarekin Fruta freskoa Crema de purrusalda Muslo de pollo asado con ensalada Fruta fresca</p>	<p>Arroza tomatearekin Legatza saltsa berdean Aihoria Arroz con tomate Merluza en salsa verde Natillas</p>	<p>Txitxirioak bertako barazkiekin Indioilar gisatua kuitxo eta azenarioekin Fruta freskoa Garbanzos con verduras locales Pavo guisado con calabacin y zanahoria Fruta fresca</p>
Zopa - Arrautz - Esnekia Sopa - Huevo - Lácteo 23 Kcal 847 HC 76 Lip 50 Prot 27	Barazki - Hegazti - Yogurra Verdura - Ave - Yogur 24 Kcal 886 HC 100 Lip 24 Prot 42	Arroza - Arraina - Yogurra Arroz - Pescado - Yogur 25 Kcal 720 HC 88 Lip 31 Prot 19	Krema - Haragi - Fruta Crema - Carne - Fruta 26 Kcal 878 HC 110 Lip 26 Prot 56	Patata - Arraina - Yogurra Patata - Pescado - Yogur 27 Kcal 744 HC 103 Lip 16 Prot 51
<p>Bertako kui krema Hegazti saltxitxa freskoak egosiak patata frijituekin Fruta freskoa Crema de calabaza local Salchichas frescas de ave cocidas con patatas fritas Fruta fresca</p>	<p>Dilista erregosiak Hegaluze medailoia errioxar erara Fruta freskoa Lentejas estofadas Medallon de bonito a la riojana Fruta fresca</p>	<p>Barazki menestra Urdaiazpiko kroketak entsaladarekin Fruta freskoa Menestra de verduras Croquetas de jamon con ensalada Fruta fresca</p>	<p>Karakolilloak italiar erara Oilasko petxuga entsaladarekin Edateko jogurra Caracolillos italiana Pechuga de pollo con ensalada Yogur bebible</p>	<p>Indaba gorriak bertako barazkiekin Solomo adobatuta jardinerara erara Fruta freskoa Alubias rojas con verduras locales Lomo adobado a la jardinerara Fruta fresca</p>
Arroza - Arraina - Yogurra Arroz - Pescado - Yogur 30 Kcal 762 HC 119 Lip 20 Prot 27	Krema - Arrautz - Yogurra Crema - Huevo - Yogur	Pasta - Arraina - Yogurra Pasta - Pescado - Yogur	Barazki - Arraina - Fruta Verdura - Pescado - Fruta	Krema - Arrautz - Esnekia Crema - Huevo - Lácteo
<p>Dilistak bertako barazkiekin Legatza marinela saltsan Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Merluza en salsa marinera Fruta fresca</p>				
Barazki - Hegazti - Yogurra Verdura - Ave - Yogur				



ASTELEHENA / LUNES					ASTEARTEA / MARTES					ASTEAZKENA / MIERCOLES					OSTEGUNA / JUEVES					OSTIRALA / VIERNES				
2	Kcal	652	HC	83	3	Kcal	798	HC	128	4	Kcal	726	HC	116	5	Kcal	974	HC	105	6	Kcal	763	HC	75
	Lip	17	Prot	44		Lip	23	Prot	20		Lip	19	Prot	27		Lip	32	Prot	70		Lip	42	Prot	24
Patatak saltsa berdean Solomo labean jardinera erara Fruta freskoa Patatas en salsa verde Lomo al horno a la jardinera Fruta fresca					Dilistak bertako barazkiekin Patata tortila labean entsaladarekin Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta fresca					Arroza tomatearekin Legatza barazki saltsan entsaladarekin Fruta freskoa Arroz con tomate Merluza en salsa de verduras con ensalada Fruta fresca					Indaba zuriak bertako barazkiekin Oilasko izterra txips patatekin Jogurta Alubias blancas con verduras locales Muslo de pollo con patatas chips Yogur					Bertako barazki krema Albondigak barazki saltsan Fruta freskoa Crema de verduras locales Albondigas en salsa de verduras Fruta fresca				
9	Kcal	955	HC	135	10	Kcal	760	HC	107	11	Kcal	670	HC	75	12	Kcal	826	HC	108	13	Kcal	695	HC	88
	Lip	32	Prot	31		Lip	24	Prot	34		Lip	23	Prot	43		Lip	30	Prot	37		Lip	19	Prot	45
Dilistak bertako barazkiekin Frankfurt tomate saltsan Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Frankfurt con salsa de tomate Fruta fresca					Makarroiak bolognesa erara Legatza barazki saltsan piperradarekin Fruta freskoa Macarrones bolognesa Merluza en salsa de verduras con piperrada Fruta fresca					Barazki krema Txahal gisatua barazki saltsan Fruta freskoa Crema de verduras Guisado de ternera en salsa de verduras Fruta fresca					Indaba gorriak odolostearrekin Patata tortila labean entsaladarekin Jogurta Cocido de alubias rojas Tortilla de patata al horno con ensalada Yogur					Patata gisatuak Bakailaoa marinela saltsan Fruta freskoa Patatas guisadas Bacalao en salsa marinera Fruta fresca				
16	Kcal	760	HC	76	17	Kcal	840	HC	128	18	Kcal	701	HC	68	19	Kcal	850	HC	130	20	Kcal	717	HC	93
	Lip	36	Prot	29		Lip	26	Prot	25		Lip	25	Prot	54		Lip	23	Prot	35		Lip	17	Prot	52
Lekak patatekin Hanburgesa tomate saltsan Fruta freskoa Vainas con patatas Hamburguesa con salsa de tomate Fruta fresca					Dilistak bertako barazkiekin Patata tortila labean hegalaburrekin eta entsaladarekin Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Tortilla de patata y atun al horno con ensalada Fruta fresca					Porrusalda krema Oilasko izterra entsaladarekin Fruta freskoa Crema de purrusalda Muslo de pollo con ensalada Fruta fresca					Arroza tomatearekin Legatza saltsa berdean Aihoria Arroz con tomate Merluza en salsa verde Natillas					Txitxirioak bertako barazkiekin Indioilar gisatua txanpiñoi eta azenarioekin Fruta freskoa Garbanzos con verduras locales Pavo guisado con zanahoria y champiñon Fruta fresca				
23	Kcal	771	HC	72	24	Kcal	715	HC	97	25	Kcal	625	HC	66	26	Kcal	895	HC	113	27	Kcal	694	HC	99
	Lip	37	Prot	41		Lip	19	Prot	43		Lip	20	Prot	43		Lip	30	Prot	44		Lip	13	Prot	49
Bertako kui krema Frankfurt-ak patatekin Fruta freskoa Crema de calabaza local Frankfurt con patatas Fruta fresca					Dilista erregosiak Legatza errioxar erara Fruta freskoa Lentejas estofadas Merluza a la riojana Fruta fresca					Barazki menestra Txahal gisatua txanpiñoi eta azenarioekin Fruta freskoa Menestra de verduras Guisado de ternera con zanahoria y champiñon Fruta fresca					Makarroiak italiar erara Oilasko petxuga entsaladarekin Edateko jogurra Macarrones italiana Pechuga de pollo con ensalada Yogur bebible					Indaba gorriak bertako barazkiekin Solomo labean jardinera erara Fruta freskoa Alubias rojas con verduras locales Lomo al horno a la jardinera Fruta fresca				
30	Kcal	762	HC	119																				
	Lip	20	Prot	27																				
Dilistak bertako barazkiekin Legatza marinela saltsan Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Merluza en salsa marinera Fruta fresca																								

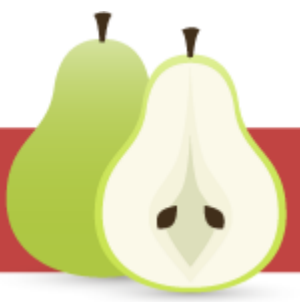


azaroa - noviembre 2020

ASTELEHENA / LUNES					ASTEARTEA / MARTES					ASTEAZKENA / MIERCOLES					OSTEGUNA / JUEVES					OSTIRALA / VIERNES				
2	Kcal	697	HC	83	3	Kcal	798	HC	128	4	Kcal	772	HC	121	5	Kcal	984	HC	84	6	Kcal	783	HC	79
	Lip	24	Prot	42		Lip	23	Prot	20		Lip	20	Prot	31		Lip	47	Prot	58		Lip	42	Prot	25
Patatak saltsa berdean Sajoniako solomoa jardinera erara Fruta freskoa Patatas en salsa verde Lomo de sajonia a la jardinera Fruta fresca					Dilistak bertako barazkiekin Patata tortila labean entsaladarekin Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta fresca					Arroza tomatearekin Legatz arrautzatzatua entsaladarekin Fruta freskoa Arroz con tomate Merluza a la romana con ensalada Fruta fresca					Azalorea patatekin Oilasko izterra txips patatekin Jogurta Coliflor con patatas Muslo de pollo asado con patatas chips Yogur					Bertako barazki krema ogi txigortuarekin Albondigak barazki saltsan Fruta freskoa Crema de verduras locales con picatostes Albondigas en salsa de verduras Fruta fresca				
9	Kcal	942	HC	110	10	Kcal	782	HC	110	11	Kcal	670	HC	75	12	Kcal	813	HC	133	13	Kcal	695	HC	88
	Lip	43	Prot	27		Lip	22	Prot	41		Lip	23	Prot	43		Lip	23	Prot	24		Lip	19	Prot	45
Dilistak bertako barazkiekin Hegazti saltxitxa freskoak egosiak ketchupekin Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Salchichas frescas de ave cocidas con ketchup Fruta fresca					Makarroiak bolognesa erara Legatz arrautzatzatua piper gorriekin Fruta freskoa Macarrones bolognesa Merluza a la romana con pimientos rojos Fruta fresca					Barazki krema Txahal gisatua barazki saltsan Fruta freskoa Crema de verduras Guisado de ternera en salsa de verduras Fruta fresca					Arroza tomatearekin Patata tortila labean entsaladarekin Jogurta Arroz con tomate Tortilla de patata al horno con ensalada Yogur					Patata gisatuak Bakailaoa marinela saltsan Fruta freskoa Patatas guisadas Bacalao en salsa marinera Fruta fresca				
16	Kcal	760	HC	76	17	Kcal	840	HC	128	18	Kcal	865	HC	68	19	Kcal	850	HC	130	20	Kcal	638	HC	81
	Lip	36	Prot	29		Lip	26	Prot	25		Lip	44	Prot	52		Lip	23	Prot	35		Lip	17	Prot	43
Lekak patatekin Hanburgesa tomate saltsan Fruta freskoa Vainas con patatas Hamburguesa con salsa de tomate Fruta fresca					Dilistak bertako barazkiekin Patata tortila labean hegalaburrarekin eta entsaladarekin Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Tortilla de patata y atun al horno con ensalada Fruta fresca					Porrusalda krema Oilasko izterra errea entsaladarekin Fruta freskoa Crema de purrusalda Muslo de pollo asado con ensalada Fruta fresca					Arroza tomatearekin Legatza saltsa berdean Aihoria Arroz con tomate Merluza en salsa verde Natillas					Patata gisatuak Indioilar gisatua kuitaxo eta azenarioekin Fruta freskoa Patatas guisadas Pavo guisado con calabacin y zanahoria Fruta fresca				
23	Kcal	847	HC	76	24	Kcal	886	HC	100	25	Kcal	720	HC	88	26	Kcal	878	HC	110	27	Kcal	573	HC	73
	Lip	50	Prot	27		Lip	24	Prot	42		Lip	31	Prot	19		Lip	26	Prot	56		Lip	15	Prot	38
Bertako kui krema Hegazti saltxitxa freskoak egosiak patata frijituekin Fruta freskoa Crema de calabaza local Salchichas frescas de ave cocidas con patatas fritas Fruta fresca					Dilista erregosiak Hegaluze medailoia errioxar erara Fruta freskoa Lentejas estofadas Medallon de bonito a la riojana Fruta fresca					Barazki menestra Urdaiazpiko kroketak entsaladarekin Fruta freskoa Menestra de verduras Croquetas de jamon con ensalada Fruta fresca					Karakolilloak italiar erara Oilasko petxuga entsaladarekin Edateko jogurra Caracolillos italiana Pechuga de pollo con ensalada Yogur bebible					Zerbak patatekin Solomo adobatuta jardinera erara Fruta freskoa Acelgas con patatas Lomo adobado a la jardinera Fruta fresca				
30	Kcal	762	HC	119																				
	Lip	20	Prot	27																				
Dilistak bertako barazkiekin Legatza marinela saltsan Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Merluza en salsa marinera Fruta fresca																								



ASTELEHENA / LUNES					ASTEARTEA / MARTES					ASTEAZKENA / MIERCOLES					OSTEGUNA / JUEVES					OSTIRALA / VIERNES				
2	Kcal	652	HC	83	3	Kcal	749	HC	109	4	Kcal	726	HC	116	5	Kcal	0	HC	0	6	Kcal	763	HC	75
	Lip	17	Prot	44		Lip	18	Prot	37		Lip	19	Prot	27		Lip	0	Prot	0		Lip	42	Prot	24
Patatak saltsa berdean Solomo labean jardinera erara Fruta freskoa Patatas en salsa verde Lomo al horno a la jardinera Fruta fresca					Dilistak bertako barazkiekin Oilasko petxuga entsaladarekin Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Pechuga de pollo con ensalada Fruta fresca					Arroza tomatearekin Legatza barazki saltsan entsaladarekin Fruta freskoa Arroz con tomate Merluza en salsa de verduras con ensalada Fruta fresca					Indaba zuriak bertako barazkiekin Oilasko izterra txips patatekin Jogurta Alubias blancas con verduras locales Muslo de pollo con patatas chips Yogur					Bertako barazki krema Albondigak barazki saltsan Fruta freskoa Crema de verduras locales Albondigas en salsa de verduras Fruta fresca				
9	Kcal	955	HC	135	10	Kcal	760	HC	107	11	Kcal	670	HC	75	12	Kcal	930	HC	98	13	Kcal	695	HC	88
	Lip	32	Prot	31		Lip	24	Prot	34		Lip	23	Prot	43		Lip	37	Prot	55		Lip	19	Prot	45
Dilistak bertako barazkiekin Frankfurt tomate saltsan Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Frankfurt con salsa de tomate Fruta fresca					Makarroiak bolognesa erara Legatza barazki saltsan piperradarekin Fruta freskoa Macarrones bolognesa Merluza en salsa de verduras con piperrada Fruta fresca					Barazki krema Txahal gisatua barazki saltsan Fruta freskoa Crema de verduras Guisado de ternera en salsa de verduras Fruta fresca					Indaba gorriak odolostearrekin Txerri giarra labean entsaladarekin Jogurta Cocido de alubias rojas Guiarra de cerdo al horno con ensalada Yogur					Patata gisatuak Bakailaoa marinela saltsan Fruta freskoa Patatas guisadas Bacalao en salsa marinera Fruta fresca				
16	Kcal	760	HC	76	17	Kcal	751	HC	113	18	Kcal	701	HC	68	19	Kcal	850	HC	130	20	Kcal	717	HC	93
	Lip	36	Prot	29		Lip	17	Prot	35		Lip	25	Prot	54		Lip	23	Prot	35		Lip	17	Prot	52
Lekak patatekin Hanburgesa tomate saltsan Fruta freskoa Vainas con patatas Hamburguesa con salsa de tomate Fruta fresca					Dilistak bertako barazkiekin Solomo labean entsaladarekin Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Lomo al horno con ensalada Fruta fresca					Porrusalda krema Oilasko izterra entsaladarekin Fruta freskoa Crema de purrusalda Muslo de pollo con ensalada Fruta fresca					Arroza tomatearekin Legatza saltsa berdean Aihoria Arroz con tomate Merluza en salsa verde Natillas					Txitxirioak bertako barazkiekin Indioilar gisatua txanpiñoi eta azenarioekin Fruta freskoa Garbanzos con verduras locales Pavo guisado con zanahoria y champiñon Fruta fresca				
23	Kcal	771	HC	72	24	Kcal	715	HC	97	25	Kcal	625	HC	66	26	Kcal	895	HC	113	27	Kcal	694	HC	99
	Lip	37	Prot	41		Lip	19	Prot	43		Lip	20	Prot	43		Lip	30	Prot	44		Lip	13	Prot	49
Bertako kui krema Frankfurt-ak patatekin Fruta freskoa Crema de calabaza local Frankfurt con patatas Fruta fresca					Dilista erregosiak Legatza errioxar erara Fruta freskoa Lentejas estofadas Merluza a la riojana Fruta fresca					Barazki menestra Txahal gisatua txanpiñoi eta azenarioekin Fruta freskoa Menestra de verduras Guisado de ternera con zanahoria y champiñon Fruta fresca					Makarroiak italiar erara Oilasko petxuga entsaladarekin Edateko jogurra Macarrones italiana Pechuga de pollo con ensalada Yogur bebible					Indaba gorriak bertako barazkiekin Solomo labean jardinera erara Fruta freskoa Alubias rojas con verduras locales Lomo al horno a la jardinera Fruta fresca				
30	Kcal	762	HC	119																				
	Lip	20	Prot	27																				
Dilistak bertako barazkiekin Legatza marinela saltsan Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Merluza en salsa marinera Fruta fresca																								



azaroa - noviembre 2020

ASTELEHENA / LUNES					ASTEARTEA / MARTES					ASTEAZKENA / MIERCOLES					OSTEGUNA / JUEVES					OSTIRALA / VIERNES				
2	Kcal	635	HC	85	3	Kcal	798	HC	128	4	Kcal	822	HC	120	5	Kcal	974	HC	105	6	Kcal	763	HC	75
	Lip	16	Prot	39		Lip	23	Prot	20		Lip	21	Prot	45		Lip	32	Prot	70		Lip	42	Prot	24
Patata gisatuak Solomo labean jardinera erara Fruta freskoa Patatas guisadas Lomo al horno a la jardinera Fruta fresca					Dilistak bertako barazkiekin Patata tortila labean entsaladarekin Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta fresca					Arroza tomatearekin Txahal gisatua piper gorriekin Fruta freskoa Arroz con tomate Guisado de ternera con pimientos rojos Fruta fresca					Indaba zuriak bertako barazkiekin Oilasko izterra txips patatekin Jogurta Alubias blancas con verduras locales Muslo de pollo con patatas chips Yogur					Bertako barazki krema Albondigak barazki saltsan Fruta freskoa Crema de verduras locales Albondigas en salsa de verduras Fruta fresca				
9	Kcal	955	HC	135	10	Kcal	860	HC	103	11	Kcal	763	HC	75	12	Kcal	826	HC	108	13	Kcal	673	HC	77
	Lip	32	Prot	31		Lip	24	Prot	62		Lip	42	Prot	24		Lip	30	Prot	37		Lip	23	Prot	43
Dilistak bertako barazkiekin Frankfurt tomate saltsan Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Frankfurt con salsa de tomate Fruta fresca					Makarroiak bolognesa erara Oilasko izterra piper gorriekin Fruta freskoa Macarrones bolognesa Muslo de pollo con pimientos rojos Fruta fresca					Barazki krema Albondigak barazki saltsan Fruta freskoa Crema de verduras Albondigas en salsa de verduras Fruta fresca					Indaba gorriak odolostearrekin Patata tortila labean entsaladarekin Jogurta Cocido de alubias rojas Tortilla de patata al horno con ensalada Yogur					Patata gisatuak Txahal erredondoa saltsan Fruta freskoa Patatas guisadas Redondo de ternera en salsa Fruta fresca				
16	Kcal	760	HC	76	17	Kcal	798	HC	128	18	Kcal	701	HC	68	19	Kcal	818	HC	129	20	Kcal	717	HC	93
	Lip	36	Prot	29		Lip	23	Prot	20		Lip	25	Prot	54		Lip	18	Prot	39		Lip	17	Prot	52
Lekak patatekin Hanburgesa tomate saltsan Fruta freskoa Vainas con patatas Hamburguesa con salsa de tomate Fruta fresca					Dilistak bertako barazkiekin Patata tortila labean entsaladarekin Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta fresca					Porrusalda krema Oilasko izterra entsaladarekin Fruta freskoa Crema de purrusalda Muslo de pollo con ensalada Fruta fresca					Arroza tomatearekin Solomo labean patatekin Aihoria Arroz con tomate Lomo al horno con patatas Natillas					Txitxirioak bertako barazkiekin Indioilar gisatua txanpiñoi eta azenarioekin Fruta freskoa Garbanzos con verduras locales Pavo guisado con zanahoria y champiñon Fruta fresca				
23	Kcal	771	HC	72	24	Kcal	745	HC	94	25	Kcal	736	HC	77	26	Kcal	895	HC	113	27	Kcal	694	HC	99
	Lip	37	Prot	41		Lip	17	Prot	56		Lip	28	Prot	40		Lip	30	Prot	44		Lip	13	Prot	49
Bertako kui krema Frankfurt-ak patatekin Fruta freskoa Crema de calabaza local Frankfurt con patatas Fruta fresca					Dilista erregosiak Indioilar gisatua piper gorriekin Fruta freskoa Lentejas estofadas Pavo guisado con pimientos rojos Fruta fresca					Barazki menestra Txahal gisatua txanpiñoi eta azenarioekin Fruta freskoa Menestra de verduras Guisado de ternera con zanahoria y champiñon Fruta fresca					Makarroiak italiar erara Oilasko petxuga entsaladarekin Edateko jogurra Macarrones italiana Pechuga de pollo con ensalada Yogur bebible					Indaba gorriak bertako barazkiekin Solomo labean jardinera erara Fruta freskoa Alubias rojas con verduras locales Lomo al horno a la jardinera Fruta fresca				
30	Kcal	757	HC	117																				
	Lip	15	Prot	38																				
Dilistak bertako barazkiekin Solomo egosita patatekin Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Lomo cocido con patatas Fruta fresca																								



ASTELEHENA / LUNES					ASTEARTEA / MARTES					ASTEAZKENA / MIERCOLES					OSTEGUNA / JUEVES					OSTIRALA / VIERNES				
2	Kcal	635	HC	85	3	Kcal	799	HC	117	4	Kcal	822	HC	120	5	Kcal	974	HC	105	6	Kcal	763	HC	75
	Lip	16	Prot	39		Lip	27	Prot	28		Lip	21	Prot	45		Lip	32	Prot	70		Lip	42	Prot	24
Patata gisatuak Solomo labea jardinera erara Fruta freskoa Patatas guisadas Lomo al horno a la jardinera Fruta fresca					Makarroiak bolognesa erara Patata tortila labea entsaladarekin Fruta freskoa Macarrones bolognesa Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta fresca					Arroza tomatearekin Txahal gisatua piper gorriekin Fruta freskoa Arroz con tomate Guisado de ternera con pimientos rojos Fruta fresca					Indaba zuriak bertako barazkiekin Oilasko izterra txips patatekin Jogurta Alubias blancas con verduras locales Muslo de pollo con patatas chips Yogur					Bertako barazki krema Albondigak barazki saltsan Fruta freskoa Crema de verduras locales Albondigas en salsa de verduras Fruta fresca				
9	Kcal	741	HC	82	10	Kcal	860	HC	103	11	Kcal	763	HC	75	12	Kcal	826	HC	108	13	Kcal	673	HC	77
	Lip	32	Prot	31		Lip	24	Prot	62		Lip	42	Prot	24		Lip	30	Prot	37		Lip	23	Prot	43
Espinakak patatekin Frankfurt tomate saltsan Fruta freskoa Espinacas con patatas Frankfurt con salsa de tomate Fruta fresca					Makarroiak bolognesa erara Oilasko izterra piper gorriekin Fruta freskoa Macarrones bolognesa Muslo de pollo con pimientos rojos Fruta fresca					Barazki krema Albondigak barazki saltsan Fruta freskoa Crema de verduras Albondigas en salsa de verduras Fruta fresca					Indaba gorriak odolostearrekin Patata tortila labea entsaladarekin Jogurta Cocido de alubias rojas Tortilla de patata al horno con ensalada Yogur					Patata gisatuak Txahal erredondoa saltsan Fruta freskoa Patatas guisadas Redondo de ternera en salsa Fruta fresca				
16	Kcal	760	HC	76	17	Kcal	749	HC	117	18	Kcal	701	HC	68	19	Kcal	818	HC	129	20	Kcal	717	HC	93
	Lip	36	Prot	29		Lip	22	Prot	25		Lip	25	Prot	54		Lip	18	Prot	39		Lip	17	Prot	52
Lekak patatekin Hanburgesa tomate saltsan Fruta freskoa Vainas con patatas Hamburguesa con salsa de tomate Fruta fresca					Makarroiak tomatearekin Patata tortila labea entsaladarekin Fruta freskoa Macarrones con tomate Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta fresca					Porrusalda krema Oilasko izterra entsaladarekin Fruta freskoa Crema de purrusalda Muslo de pollo con ensalada Fruta fresca					Arroza tomatearekin Solomo labea patatekin Aihoria Arroz con tomate Lomo al horno con patatas Natillas					Txitxirioak bertako barazkiekin Indioilar gisatua txanpiñoi eta azenarioekin Fruta freskoa Garbanzos con verduras locales Pavo guisado con zanahoria y champiñon Fruta fresca				
23	Kcal	771	HC	72	24	Kcal	748	HC	121	25	Kcal	625	HC	66	26	Kcal	895	HC	113	27	Kcal	694	HC	99
	Lip	37	Prot	41		Lip	13	Prot	42		Lip	20	Prot	43		Lip	30	Prot	44		Lip	13	Prot	49
Bertako kui krema Frankfurt-ak patatekin Fruta freskoa Crema de calabaza local Frankfurt con patatas Fruta fresca					Arroza tomatearekin Indioilar gisatua piper gorriekin Fruta freskoa Arroz con tomate Pavo guisado con pimientos rojos Fruta fresca					Barazki menestra Txahal gisatua txanpiñoi eta azenarioekin Fruta freskoa Menestra de verduras Guisado de ternera con zanahoria y champiñon Fruta fresca					Makarroiak italiar erara Oilasko petxuga entsaladarekin Edateko jogurra Macarrones italiana Pechuga de pollo con ensalada Yogur bebible					Indaba gorriak bertako barazkiekin Solomo labea jardinera erara Fruta freskoa Alubias rojas con verduras locales Lomo al horno a la jardinera Fruta fresca				
30	Kcal	819	HC	117																				
	Lip	22	Prot	40																				
Makarroiak tomatearekin Solomo egosita patatekin Fruta freskoa Macarrones con tomate Lomo cocido con patatas Fruta fresca																								