



ASTELEHENA / LUNES				ASTEARTEA / MARTES				ASTEAZKENA / MIERCOLES				OSTEGUNA / JUEVES				OSTIRALA / VIERNES			
1				2	Kcal 631 Lip 18	HC 78 Prot 42		3	Kcal 702 Lip 13	HC 116 Prot 35		4	Kcal 756 Lip 27	HC 96 Prot 34		5	Kcal 638 Lip 18	HC 85 Prot 35	
JAIA				Porrusalda krema Indioilar gisatua entsaladarekin Jogurta Crema de purrusalda Pavo guisado con ensalada Yogur			Makarroiak tomatearekin Legatza meniere erara Sasoiko fruta Macarrones con tomate Merluza meniere Fruta de temporada			Dilistak bertako barazkiekin Patata tortila labean entsaladarekin Sasoiko fruta Lentejas con verduras locales Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta de temporada			Patata gisatuak (gg) Oilasko-bularkia txanpinoiekin Sasoiko fruta Patatas guisadas (gg) Pechuga de pollo con champiñones Fruta de temporada						
FIESTA				Arroza - Arraina - Fruta Arroz - Pescado - Fruta			Entsalada - Haragi - Esnekia Ensalada - Carne - Lácteo			Krema - Arraina - Jogurta Crema - Pescado - Yogur			Barazki - Arraultz - Esnekia Verdura - Huevo - Lácteo						
8	Kcal 762 Lip 39	HC 83 Prot 21		9	Kcal 865 Lip 33	HC 118 Prot 29		10	Kcal 690 Lip 29	HC 76 Prot 34		11	Kcal 713 Lip 25	HC 75 Prot 38		12	Kcal 789 Lip 25	HC 112 Prot 33	
Bertako kalabaza-krema Patata eta hegalabur tortila labean entsaladarekin Sasoiko fruta Crema de calabaza local Tortilla de patata y atun al horno con ensalada Fruta de temporada				Garbantzuak bertako barazkiekin Bakailao-kroketak entsaladarekin Sasoiko fruta Garbanzos con verduras locales Croquetas de bacalao con ensalada Fruta de temporada			Patata gisatuak Izokina saltsa berdean Sasoiko fruta Patatas guisadas Salmon en salsa verde Fruta de temporada			Hegazti-zopa fideoekin Hegazti-hanburgesa jardinera erara Sasoiko fruta Sopa de ave con fideos Hamburguesa de ave a la jardinera Fruta de temporada			Haragi-paella Abadira arrautzatzatua entsaladarekin Gazta txikia "la vaca que rie" eta irasagarra Paella de carne Abadejo a la romana con ensalada Quesito la vaca que rie con membrillo						
Pasta - Arraina - Jogurta Pasta - Pescado - Yogur				Zopa - Arraina - Jogurta Sopa - Pescado - Yogur			Entsalada - Hegazti - Esnekia Ensalada - Ave - Lácteo			Krema - Arraultz - Jogurta Crema - Huevo - Yogur			Barazki - Haragi - Fruta Verdura - Carne - Fruta						
15	Kcal 665 Lip 30	HC 81 Prot 19		16	Kcal 754 Lip 14	HC 105 Prot 54		17	Kcal 845 Lip 31	HC 129 Prot 23		18	Kcal 700 Lip 12	HC 93 Prot 56		19	Kcal 678 Lip 19	HC 78 Prot 48	
Bertako barazki-krema Patata tortila labean entsaladarekin Sasoiko fruta Crema de verduras locales Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta de temporada				Indaba gorriak bertako barazkiekin Indioilar blanketa anana eta patatekin Sasoiko fruta Alubias rojas con verduras locales Blanqueta de pavo con piña y patata Fruta de temporada			Makarroi integralak tomatekin Hegaluze-enpanadillak entsaladarekin Sasoiko fruta Macarrones integrales con tomate Empanadillas de bonito con ensalada Fruta de temporada			Dilistak bertako barazkiekin Bakailaoa marinela saltsan Sasoiko fruta Lentejas con verduras locales Bacalao en salsa marinera Fruta de temporada			Barazki-menestra Oilasko-bularkia hiru koloretako barazkiekin Aihoria Menestra de verduras Pechuga de pollo con hortalizas tricolor Natillas						
Pasta - Arraina - Fruta Pasta - Pescado - Fruta				Arroza - Hegazti - Jogurta Arroz - Ave - Yogur			Krema - Arraultz - Esnekia Crema - Huevo - Lácteo			Entsalada - Arraultz - Jogurta Ensalada - Huevo - Yogur			Pasta - Arraina - Fruta Pasta - Pescado - Fruta						
22	Kcal 652 Lip 26	HC 81 Prot 33		23	Kcal 810 Lip 31	HC 105 Prot 31		24	Kcal 671 Lip 27	HC 76 Prot 34		25	Kcal 801 Lip 19	HC 129 Prot 35		26	Kcal 710 Lip 19	HC 88 Prot 46	
Lekak patatekin Hegazti-albondigak txanpinoiekin Sasoiko fruta Vainas con patatas Albondigas de ave con champiñon 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 Abadira arrautzatzatua maionesarekin Edateko jogurta Crema de puerros y espinacas Abadejo a la romana con mahonesa Yogur bebible			Arroza tomatearekin Oilasko-bularkia entsaladarekin Sasoiko fruta Arroz con tomate Pechuga de pollo con ensalada Fruta de temporada			Dilistak bertako barazkiekin Izokina meniere erara Sasoiko fruta Lentejas con verduras locales Salmon meniere Fruta de temporada						
Arroza - Haragi - Esnekia Arroz - Carne - Lácteo				Zopa - Arraina - Jogurta Sopa - Pescado - Yogur			Pasta - Hegazti - Fruta Pasta - Ave - Fruta			Krema - Arraina - Jogurta Crema - Pescado - Yogur			Entsalada - Arraultz - Jogurta Ensalada - Huevo - Yogur						
29	Kcal 965 Lip 51	HC 75 Prot 54		30	Kcal 769 Lip 30	HC 82 Prot 44													
Porrusalda krema Oilasko-izterra errea patata frijituekin Jogurta Crema de purrusalda Muslo de pollo asado con patatas fritas Yogur				Patatak saltsa berdean Txahal-xerra ogi birrineztatua entsaladarekin Sasoiko fruta Patatas en salsa verde Filete de ternera empanado con ensalada Fruta de temporada															
Pasta - Arraultz - Fruta Pasta - Huevo - Fruta				Krema - Arraina - Jogurta Crema - Pescado - Yogur															