



ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
3 Kcal 738 HC 107 Lip 22 Prot 29 Dilistak bertako barazkiekin Legatza marinela saltsan Gazta txikia "la vaca que rie" Lentejas con verduras locales Merluza en salsa marinera Quesitos la vaca que rie	4 Kcal 897 HC 66 Lip 46 Prot 59 Hegazti zopa fideo integralekin Oilasko izterra errea lekekin Fruta freskoa Sopa de ave con fideos integrales Muslo de pollo asado con judias verdes Fruta fresca	5 Kcal 792 HC 88 Lip 33 Prot 30 Barazki menestra Frankfurt tomate saltsan Fruta freskoa Menestra de verduras Frankfurt con salsa de tomate Fruta fresca	6 Kcal 841 HC 126 Lip 26 Prot 33 Espiralak tomatearekin Patata tortila labeen entsaladarekin Fruta freskoa Espirales con tomate Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta fresca	7 Kcal 651 HC 76 Lip 25 Prot 34 Bertako kui krema ogi integral txigortuarekin Sajoniako solomoa arrautzeztatu entsaladarekin Fruta freskoa Crema de calabaza local con picatostes integrales Lomo de sajonia rebozado con ensalada Fruta fresca
Pasta - Haragi - Fruta Pasta - Carne - Fruta	Barazki - Arrautz - Yogurra Verdura - Huevo - Yogur	Zopa - Arraina - Yogurra Sopa - Pescado - Yogur	Barazki - Hegazti - Yogurra Verdura - Ave - Yogur	Arroza - Arraina - Esnekia Arroz - Pescado - Lácteo
10 Kcal 867 HC 102 Lip 22 Prot 39 Indaba txuriak bertako kalabazarekin Hegaluze medailoia errioxar erara Fruta freskoa Alubias blancas con calabaza local Medallon de bonito a la riojana Fruta fresca	 Bertako barazki krema San jakoboa entsaladarekin Fruta freskoa Crema de verduras locales San jacobo con ensalada Fruta fresca	 Haragizko paella Oilasko petxuga entsaladarekin Fruta freskoa Paella de carne Pechuga de pollo con ensalada Fruta fresca	 Patata gisatuak Bakailoa erromatar erara azenario eta txanpiñoiekin Aihoria Patatas guisadas Bacalao a la romana con zanahoria y champiñon Natillas	 Dilistak arrozarekin Haragi bolak saltsan jardinera erara Fruta freskoa Lentejas con arroz Albondigas a la jardinera Fruta fresca
Arroza - Arrautz - Esnekia Arroz - Huevo - Lácteo	Pasta - Hegazti - Yogurra Pasta - Ave - Yogur	Barazki - Arraina - Yogurra Verdura - Pescado - Yogur	Entsalada - Haragi - Fruta Ensalada - Carne - Fruta	Krema - Arraina - Yogurra Crema - Pescado - Yogur
17 Kcal 635 HC 76 Lip 18 Prot 39 Lekak patatekin Solomo freskoa piper gorri eta lekekin Fruta freskoa Vainas con patatas Lomo fresco con pimiento rojos y vainas Fruta fresca	 Garbantzuak bertako barazkiekin Legatz arrautzeztatu entsaladarekin Fruta freskoa Garbanzos con verduras locales Merluza a la romana con ensalada Fruta fresca	19 Kcal 899 HC 126 Lip 29 Prot 41 Karakolilloak boloñesa erara Patata tortila txorizoarekin labeen entsaladarekin Fruta freskoa Caracollitos bolognesa Tortilla de patata y chorizo al horno con ensalada Fruta fresca	 Porrusalda krema Txahal gisatua barazki saltsan Jogurta Crema de purrusalda Guisado de ternera en salsa de verduras Yogur	 Indaba gorriak bertako barazkiekin Indioilar blanketa anana eta patatekin Fruta freskoa Alubias rojas con verduras locales Blanketa de pavo con piña y patata Fruta fresca
Arroza - Arrautz - Yogurra Arroz - Huevo - Yogur	Entsalada - Hegazti - Yogurra Ensalada - Ave - Yogur	Barazki - Hegazti - Yogurra Verdura - Ave - Yogur	Pasta - Arraina - Fruta Pasta - Pescado - Fruta	Krema - Haragi - Yogurra Crema - Carne - Yogur
24 Kcal 798 HC 128 Lip 23 Prot 20 Dilistak bertako barazkiekin Patata tortila labeen entsaladarekin Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta fresca	 Arroza tomatearekin Hanburgesa ketchuparekin Fruta freskoa Arroz con tomate Hamburguesa con ketchup Fruta fresca	 Indaba zuria erregosiak Legatz arrautzeztatu entsaladarekin Edateko jogurra Alubias blancas estofadas Merluza a la romana con ensalada Yogur bebible	 Porru eta espinaka krema Jamoitxoak labeen kuitxo eta azenarioekin Fruta freskoa Crema de puerros y espinacas Jamoncitos al horno con calabacin y zanahoria Fruta fresca	 Patatak errioxar erara Bakailoa marinela saltsan Fruta freskoa Patatas a la riojana Bacalao en salsa marinera Fruta fresca
Barazki - Arrautz - Yogurra Verdura - Huevo - Yogur	Entsalada - Arraina - Yogurra Ensalada - Pescado - Yogur	Krema - Haragi - Fruta Crema - Carne - Fruta	Pasta - Arrautz - Yogurra Pasta - Huevo - Yogur	Arroza - Hegazti - Yogurra Arroz - Ave - Yogur
31 Kcal 714 HC 79 Lip 32 Prot 24 Lekak patatekin Nuggets-ak entsaladarekin Fruta freskoa Vainas con patatas Nuggets con ensalada Fruta fresca				
Arroza - Arrautz - Esnekia Arroz - Huevo - Lácteo				