



ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
				<b>1</b> Kcal 788 HC 124 Lip 15 Prot 46  <b>Karakolilloak boloñesa erara</b> <b>Legatza meniere eran</b> <b>Fruta freskoa</b> Caracolillos bolognesa Merluza meniere Fruta fresca  <b>Krema - Arraultz - Yogurra</b> Crema - Huevo - Yogur
<b>4</b> Kcal 652 HC 73 Lip 25 Prot 37   <b>Porru eta espinaka krema ogi txigortuarekin</b> <b>Sajoniako solomoa azenario eta illararekin</b> <b>Jogurta</b> Crema de puerros y espinacas con picatostes Lomo de sajonia con zanahoria y guisantes Yogur <b>Pasta - Hegazti - Fruta</b> Pasta - Ave - Fruta	<b>5</b> Kcal 715 HC 89 Lip 19 Prot 50   <b>Indaba txuriak bertako kalabazarekin</b> <b>Oilasko petxuga txanpiñoekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Alubias blancas con calabaza local Pechuga de pollo con champiñones Fruta fresca <b>Barazki - Arraina - Esnekia</b> Verdura - Pescado - Lácteo	<b>6</b> Kcal 807 HC 127 Lip 20 Prot 35  <b>Paella mixtoa</b> <b>Legatza marinela saltsan</b> <b>Fruta ur-zukuetan</b> Paella mixta Merluza en salsa marinera Fruta en almibar <b>Zopa - Hegazti - Yogurra</b> Sopa - Ave - Yogur	<b>7</b> Kcal 880 HC 115 Lip 34 Prot 31   <b>Txitxirioak bertako barazkiekin</b> <b>Urdaiazpiko kroketak entsaladarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Garbanzos con verduras locales Croquetas de jamon con ensalada Fruta fresca <b>Krema - Arraina - Yogurra</b> Crema - Pescado - Yogur	<b>8</b> Kcal 669 HC 88 Lip 26 Prot 25   <b>Izar zopa</b> <b>Patata tortila entsaladarekin</b> <b>Edateko yogurra</b> Sopa de estrellas Tortilla de patata con ensalada Yogur bebible <b>Barazki - Haragi - Fruta</b> Verdura - Carne - Fruta
<b>11</b> Kcal 959 HC 119 Lip 42 Prot 25   <b>Dilistak bertako barazkiekin</b> <b>Albondigak saltsan txanpiñoekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Lentejas con verduras locales Albondigas con champiñones Fruta fresca <b>Zopa - Arraina - Yogurra</b> Sopa - Pescado - Yogur	<b>12</b> Kcal 866 HC 87 Lip 38 Prot 46   <b>Patatak errioxar erara</b> <b>Bakailaoa arrautzatzatua mahonesarekin</b> <b>Gazta txikia "la vaca que rie" eta irasagarra</b> Patatas a la riojana Bacalao a la romana con mahonesa Quesito la vaca que rie con membrillo <b>Krema - Arraultz - Fruta</b> Crema - Huevo - Fruta	<b>13</b> Kcal 925 HC 120 Lip 38 Prot 35   <b>Indaba gorria erregosiak</b> <b>Hegalaburrezko enpanadillak entsaladarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Alubias rojas estofadas Empanadillas de bonito con ensalada Fruta fresca <b>Barazki - Haragi - Yogurra</b> Verdura - Carne - Yogur	<b>14</b> Kcal 943 HC 78 Lip 47 Prot 55   <b>Bertako barazki krema ogi txigortuarekin</b> <b>Oilasko izterra errea piper gorriekin</b> <b>Aihoria</b> Crema de verduras locales con picatostes Muslo de pollo asado con pimientos rojos Natillas <b>Arroza - Arraina - Fruta</b> Arroz - Pescado - Fruta	<b>15</b> Kcal 841 HC 115 Lip 25 Prot 44   <b>Makarroiak tomatearekin</b> <b>Txahal biribilki arrautzatzatua jardinera erara</b> <b>Fruta freskoa</b> Macarrones con tomate Redondo de ternera rebozado a la jardinera Fruta fresca <b>Barazki - Hegazti - Yogurra</b> Verdura - Ave - Yogur
<b>18</b> Kcal 813 HC 89 Lip 38 Prot 31   <b>Porrusalda</b> <b>Frankfurt saltxitxak entsaladarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Purrusalda Frankfurt con ensalada Fruta fresca <b>Arroza - Arraina - Yogurra</b> Arroz - Pescado - Yogur	<b>19</b> Kcal 821 HC 103 Lip 27 Prot 45   <b>Garbantzuak bertako kuiarekin</b> <b>Legatza saltsa berdean</b> <b>Jogurta</b> Garbanzos con calabaza local Merluza en salsa verde Yogur <b>Krema - Arraultz - Fruta</b> Crema - Huevo - Fruta	<b>20</b> Kcal 777 HC 77 Lip 42 Prot 25   <b>Bertako kui krema</b> <b>Hanburgesa entsaladarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Crema de calabaza local Hamburguesa con ensalada Fruta fresca <b>Zopa - Hegazti - Yogurra</b> Sopa - Ave - Yogur	<b>21</b> Kcal 886 HC 117 Lip 30 Prot 44   <b>Barazki paella</b> <b>Bakailaoa arrautzatzatua mahonesarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Paella vegetal Bacalao a la romana con mahonesa Fruta fresca <b>Barazki - Haragi - Esnekia</b> Verdura - Carne - Lácteo	<b>22</b> Kcal 793 HC 96 Lip 21 Prot 57   <b>Indaba zuriak odolostearekin</b> <b>Indioilar gisatua txanpiñoekin</b> <b>Aihoria</b> Cocido de alubias blancas Pavo guisado con champiñones Natillas <b>Patata - Arraina - Fruta</b> Patata - Pescado - Fruta
<b>25</b> Kcal 805 HC 69 Lip 44 Prot 30   <b>Lekak patatekin</b> <b>Hegazti saltxitxa freskoak egosiak tomate saltsan</b> <b>Fruta freskoa</b> Vainas con patatas Salchichas frescas de ave cocidas con salsa de tomate Fruta fresca <b>Zopa - Arraina - Yogurra</b> Sopa - Pescado - Yogur	<b>26</b> Kcal 878 HC 110 Lip 24 Prot 28   <b>Dilistak bertako barazkiekin</b> <b>Hegaluze medailoia errioxar erara</b> <b>Gazta txikia "la vaca que rie"</b> Lentejas con verduras locales Medallon de bonito a la riojana Quesitos la vaca que rie <b>Krema - Haragi - Fruta</b> Crema - Carne - Fruta	<b>27</b> Kcal 693 HC 84 Lip 32 Prot 18   <b>Porrusalda krema</b> <b>Nuggets-ak entsaladarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Crema de purrusalda Nuggets con ensalada Fruta fresca <b>Arroza - Arraina - Yogurra</b> Arroz - Pescado - Yogur	<b>28</b> Kcal 842 HC 107 Lip 32 Prot 37   <b>Txitxirioak bertako barazkiekin</b> <b>Patata tortila txorizoarekin eta entsaladarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Garbanzos con verduras locales Tortilla de patata y chorizo con ensalada Fruta fresca <b>Zopa - Hegazti - Yogurra</b> Sopa - Ave - Yogur	