

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

		1	2 KCAL 867 P. 51 LIP. 26 H.C. 103 ■ GARBANZOS CON VERDURA ■ PECHUGAS DE POLLO PLANCHA EN SALSA SUAVE ■ YOGURT SABORES ■ PAN	3 KCAL 705 P. 31 LIP. 26 H.C. 85 ■ PATATAS A LA RIOJANA ■ BACALAO AL HORNO CON LECHUGA ■ FRUTA ■ PAN
6 KCAL 781 P. 28 LIP. 27 H.C. 108 ■ ARROZ BLANCO CON VERDURAS ■ FILETE DE MERLUZA PLANCHA CON ENSALADA LIZ ■ FRUTA ■ PAN	7 KCAL 822 P. 47 LIP. 37 H.C. 75 ■ CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA ■ GUISADO DE TERNERA EN SALSA DE VERDURAS ■ YOGURT SABORES ■ PAN	8 KCAL 796 P. 43 LIP. 25 H.C. 101 ■ ALUBIAS BLANCAS CON CHORIZO ■ BACALAO AL HORNO EN SALSA VERDE ■ FRUTA ■ PAN	9 KCAL 774 P. 34 LIP. 36 H.C. 77 ■ SOPA DE FIDEO CON AVE ■ LOMO FRESCO DE CERDO PLANCHA EN SALSA SUAVE CON PATATAS NATURALES ■ YOGURT NATURAL AZUCARADO ■ PAN	10 KCAL 903 P. 26 LIP. 43 H.C. 103 ■ MACARRONES SALTEADOS ■ ALITAS DE POLLO CON LECHUGA ■ FRUTA ■ PAN
13 KCAL 852 P. 60 LIP. 24 H.C. 98 ■ LENTEJAS CON VERDURA ■ ESTOFADO DE PAVO CON VERDURAS ■ FRUTA ■ PAN	14 KCAL 886 P. 22 LIP. 43 H.C. 101 ■ PORRUSALDA ■ HAMBURGUESA DE TERNERA 100% EN SALSA ■ FLAN VAINILLA ■ PAN	15 KCAL 767 P. 40 LIP. 23 H.C. 102 ■ ALUBIAS ROJAS CON VERDURA ■ BACALAO PLANCHA CON ENSALADA LIZ ■ FRUTA ■ PAN	16 KCAL 735 P. 17 LIP. 37 H.C. 81 ■ VAINAS REHOGADAS ■ TORTILLA DE PATATA CON LECHUGA ■ YOGURT SABORES ■ PAN	17 KCAL 925 P. 19 LIP. 42 H.C. 124 ■ ARROZ BLANCO CON TOMATE ■ MEDALLONES DE MERLUZA AL HORNO EN SALSA VERDE ■ FRUTA ■ PAN
20 KCAL 750 P. 26 LIP. 42 H.C. 68 ■ SOPA DE FIDEO CON AVE ■ FILETE DE GUIARRA DE CERDO PLANCHA EN SALSA SUAVE CON LECHUGA ■ FRUTA ■ PAN	21 KCAL 802 P. 29 LIP. 28 H.C. 103 ■ MACARRONES SALTEADOS ■ FILETE DE MERLUZA AL HORNO EN SALSA SUAVE ■ YOGURT NATURAL AZUCARADO ■ PAN	22 KCAL 934 P. 59 LIP. 28 H.C. 108 ■ GARBANZOS CON VERDURA ■ MUSLO DE POLLO ASADO CON VERDURAS ■ FRUTA ■ PAN	23 KCAL 911 P. 34 LIP. 31 H.C. 125 ■ ARROZ BLANCO CON TOMATE ■ BACALAO ROMANA CON ENSALADA LIZ ■ YOGURT SABORES ■ PAN	24 KCAL 783 P. 43 LIP. 30 H.C. 82 ■ CREMA DE CALABACÍN ■ ESTOFADO DE POLLO CON PATATAS NATURALES ■ FRUTA ■ PAN
27 KCAL 718 P. 36 LIP. 24 H.C. 88 ■ MARMITAKO ■ PECHUGAS DE POLLO PLANCHA EN SALSA SUAVE CON ENSALADA LIZ ■ FRUTA ■ PAN	28 KCAL 763 P. 18 LIP. 38 H.C. 84 ■ ESPINACAS REHOGADAS ■ TORTILLA DE PATATA CON LECHUGA ■ NATILLAS ■ PAN	29 KCAL 961 P. 59 LIP. 32 H.C. 108 ■ ALUBIAS BLANCAS CON VERDURA ■ ESTOFADO DE TERNERA CON VERDURAS EN SALSA ■ FRUTA ■ PAN	30 KCAL 811 P. 29 LIP. 28 H.C. 105 ■ MACARRONES SALTEADOS ■ FILETE DE MERLUZA PLANCHA CON ZANAHORIA ■ YOGURT SABORES ■ PAN	

NOTA: PAN PARA CELÍACOS ADPAN; LÁCTEOS DANONE; TOMATE FRITO ORLANDO O IAN; PASTA DE ARROZ/MAÍZ GALLO; HARINA: MAIZENA. NO UTILIZACIÓN DE CALDOS NI CONDIMENTOS.

ASTELEHENA	ASTEARTEA	ASTEAZKENA	OSTEGUNA	OSTIRALA
		1	2 KCAL 867 P. 51 LIP. 26 H.C. 103 ■ GARBANTZUAK BARAZKIEKIN ■ OILASKO BULARKIAK PLANTXAN SALTSA LEUNEAN ■ ZAPOREDUN JOGURTA ■ OGIA	3 KCAL 705 P. 31 LIP. 26 H.C. 85 ■ PATATAK ERRIOXAR ERARA ■ BAKAILAOA LABAN EGINDA LETXUGAREKIN ■ FRUTA ■ OGIA
6 KCAL 781 P. 28 LIP. 27 H.C. 108 ■ ARROZ ZURIA BARAZKIEKIN ■ LEGATZ XERRA PLANTXAN LIZ ENTZALADAREKIN ■ FRUTA ■ OGIA	7 KCAL 822 P. 47 LIP. 37 H.C. 75 ■ KALABAZA ETA AZENARIO KREMA ■ TXAHAL GUISTUA BARAZKI SALTSA ■ ZAPOREDUN JOGURTA ■ OGIA	8 KCAL 796 P. 43 LIP. 25 H.C. 101 ■ INDABA ZURIAK TXORIZOAREKIN ■ BAKAILAOA LABAN EGINDA SALTSA BERDEAN ■ FRUTA ■ OGIA	9 KCAL 774 P. 34 LIP. 36 H.C. 77 ■ FIDEO ZOPA HEGAZTIAREKIN ■ TXERRI SOLOMO FRESKOA PLANTXAN SALTSA LEUNEAN PATATEKIN ■ AZUKREDUN JOGURT NATURALA ■ OGIA	10 KCAL 903 P. 26 LIP. 43 H.C. 103 ■ MAKARROI SALTEATUAK ■ OILASKO HEGOTXOAK LETXUGAREKIN ■ FRUTA ■ OGIA
13 KCAL 852 P. 60 LIP. 24 H.C. 98 ■ DILISTAK BARAZKIEKIN ■ INDIOILAR ERREGOSIA BARAZKIEKIN ■ FRUTA ■ OGIA	14 KCAL 886 P. 22 LIP. 43 H.C. 101 ■ PORRUSALDA ■ %100 TXAHAL HANBURGESA SALTSA ■ BANILLA BUDINA ■ OGIA	15 KCAL 767 P. 40 LIP. 23 H.C. 102 ■ INDABA GORRIAK BARAZKIEKIN ■ BAKAILAOA PLANTXAN LIZ ENTZALADAREKIN ■ FRUTA ■ OGIA	16 KCAL 735 P. 17 LIP. 37 H.C. 81 ■ LEKA SUEZTITUAK ■ PATATA TORTILA LETXUGAREKIN ■ ZAPOREDUN JOGURTA ■ OGIA	17 KCAL 925 P. 19 LIP. 42 H.C. 124 ■ ARROZ ZURIA TOMATEAREKIN ■ LEGATZ MEDAILOIAK LABAN EGINDA SALTSA BERDEAN ■ FRUTA ■ OGIA
20 KCAL 750 P. 26 LIP. 42 H.C. 68 ■ FIDEO ZOPA HEGAZTIAREKIN ■ TXERRI GIHAR XERRA PLANTXAN SALTSA LEUNEAN LETXUGAREKIN ■ FRUTA ■ OGIA	21 KCAL 802 P. 29 LIP. 28 H.C. 103 ■ MAKARROI SALTEATUAK ■ LEGATZ XERRA LABAN EGINDA SALTSA LEUNEAN ■ AZUKREDUN JOGURT NATURALA ■ OGIA	22 KCAL 934 P. 59 LIP. 28 H.C. 108 ■ GARBANTZUAK BARAZKIEKIN ■ OILASKO IZTAR ERREA BARAZKIEKIN ■ FRUTA ■ OGIA	23 KCAL 911 P. 34 LIP. 31 H.C. 125 ■ ARROZ ZURIA TOMATEAREKIN ■ BAKAILAOA ERROMATAR ERARA LIZ ENTZALADAREKIN ■ ZAPOREDUN JOGURTA ■ OGIA	24 KCAL 783 P. 43 LIP. 30 H.C. 82 ■ KALABAZIN KREMA ■ OILASKO ERREGOSIA PATATEKIN ■ FRUTA ■ OGIA
27 KCAL 718 P. 36 LIP. 24 H.C. 88 ■ MARMITAKOA ■ OILASKO BULARKIAK PLANTXAN SALTSA LEUNEAN LIZ ENTZALADAREKIN ■ FRUTA ■ OGIA	28 KCAL 763 P. 18 LIP. 38 H.C. 84 ■ ZIAZERBA SUEZTITUAK ■ PATATA TORTILA LETXUGAREKIN ■ ARRAUTZESNEA ■ OGIA	29 KCAL 961 P. 59 LIP. 32 H.C. 108 ■ INDABA ZURIAK BARAZKIEKIN ■ TXAHAL OKELA ERREGOSIA BARAZKIEKIN SALTSA ■ FRUTA ■ OGIA	30 KCAL 811 P. 29 LIP. 28 H.C. 105 ■ MAKARROI SALTEATUAK ■ LEGATZ XERRA PLANTXAN AZENARIOAREKIN ■ ZAPOREDUN JOGURTA ■ OGIA	

OHARRA: ZELIAKOENTZAKO ADPAN OGIA; DANONE ESNEKIAK; ORLANDO EDO IAN TOMATE FRIJITUA; GALLO ARROZ/ARTOZKO OREKIA; IRINA: MAIZENA; SALDA ETA ONGARRIRIK GABE.