

LUNES

MARTES

MIERCOLES

JUEVES

VIERNES

				<p>1 KCAL 798 P. 25 LIP. 18 H.C. 136</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ LENTEJAS CON ARROZ ■ EMPANADILLAS DE ATÚN CON ENSALADA LIZ ■ FRUTA ■ PAN
<p>4 KCAL 676 P. 21 LIP. 26 H.C. 91</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ SOPA DE LETRAS ■ TORTILLA DE PATATA CON LECHUGA ■ FRUTA ■ PAN 	<p>5 KCAL 949 P. 40 LIP. 32 H.C. 123</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ GARBANZOS ■ NUGGETS DE POLLO CON LECHUGA ■ YOGURT SABORES ■ PAN 	6	<p>7 KCAL 820 P. 25 LIP. 43 H.C. 89</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ MENESTRA DE VERDURAS ■ MEDALLONES DE MERLUZA EN SALSA VERDE ■ FLAN VAINILLA ■ PAN 	8
<p>11 KCAL 812 P. 38 LIP. 30 H.C. 96</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ PATATAS A LA RIOJANA ■ FILETE DE MERLUZA A LA PROVENZAL CON MAHONESA ■ FRUTA ■ PAN 	<p>12 KCAL 926 P. 33 LIP. 32 H.C. 130</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ PAELLA ■ SALCHICHAS FRANKFURT CON TOMATE Y PATATAS ■ YOGURT SABORES ■ PAN 	<p>13 KCAL 748 P. 47 LIP. 16 H.C. 107</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ ALUBIAS ROJAS ■ BACALAO ROMANA CON ENSALADA LIZ ■ FRUTA ■ PAN 	<p>14 KCAL 824 P. 26 LIP. 40 H.C. 92</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ PURÉ DE VERDURA ■ ALBÓNDIGAS DE VACUNO A LA JARDINERA ■ YOGURT NATURAL AZUCARADO ■ PAN 	<p>15 KCAL 812 P. 47 LIP. 19 H.C. 113</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ ESPAGUETIS BOLOÑESA ■ LOMO FRESCO DE CERDO EMPANADO CON LECHUGA ■ FRUTA ■ PAN
<p>18 KCAL 817 P. 34 LIP. 41 H.C. 80</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ VAINAS REHOGADAS ■ ESCALOPE DE CERDO CON CHIPS ■ FRUTA ■ PAN 	<p>19 KCAL 972 P. 49 LIP. 38 H.C. 110</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ ESPIRALES SALTEADOS CON CHAMPIÑÓN Y BACON ■ PECHUGAS DE POLLO EN SALSA DE CHAMPIÑÓN ■ YOGURT GRIEGO ■ PAN 	<p>20 KCAL 710 P. 44 LIP. 17 H.C. 97</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ LENTEJAS ■ FILETE DE MERLUZA ROMANA CON ENSALADA LIZ ■ FRUTA ■ PAN 	<p>21 KCAL 727 P. 21 LIP. 34 H.C. 84</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ SOPA DE AVE CON FIDEOS ■ TORTILLA DE PATATA Y CHORIZO CON LECHUGA ■ FRUTA ■ PAN 	<p>22 KCAL 882 P. 31 LIP. 25 H.C. 137</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ ARROZ CON TOMATE ■ HAMBURGUESA GASTROKI ■ POSTRE DULCE ■ PAN
25	<p>26 KCAL 687 P. 27 LIP. 28 H.C. 83</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA ■ HAMBURGUESA DE TERNERA 100% EN SALSA JARDINERA ■ YOGURT SABORES ■ PAN 	<p>27 KCAL 814 P. 41 LIP. 22 H.C. 114</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ MACARRONES CON TOMATE ■ BACALAO ROMANA CON LECHUGA ■ FRUTA ■ PAN 	<p>28 KCAL 755 P. 50 LIP. 19 H.C. 93</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ PATATAS EN SALSA VERDE ■ MUSLO DE POLLO ASADO CON CHAMPIÑÓN, ZANAHORIA Y PATATA ■ YOGURT NATURAL AZUCARADO ■ PAN 	<p>29 KCAL 853 P. 35 LIP. 31 H.C. 115</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ ALUBIAS BLANCAS ■ MEDALLONES DE MERLUZA EN SALSA VERDE ■ FRUTA ■ PAN

ASTELEHENA
ASTEARTEA
ASTEAZKENA
OSTEGUNA
OSTIRALA

				1 KCAL 798 P. 25 LIP. 18 H.C. 136 ■ DILISTAK ARROZAREKIN ■ ATUN ENPANADILLAK LIZ ENTSALADAREKIN ■ FRUTA ■ OGIA
4 KCAL 676 P. 21 LIP. 26 H.C. 91 ■ HIZKI ZOPA ■ PATATA TORTILA LETXUGAREKIN ■ FRUTA ■ OGIA	5 KCAL 949 P. 40 LIP. 32 H.C. 123 ■ GARBANTZUAK ■ OILASKO NUGGETAK LETXUGAREKIN ■ ZAPOREDUN JOGURTA ■ OGIA	6	7 KCAL 820 P. 25 LIP. 43 H.C. 89 ■ BARAZKI MENESTRA ■ LEGATZ MEDAILOIAK SALTSA BERDEAN ■ BANILLA BUDINA ■ OGIA	8
11 KCAL 812 P. 38 LIP. 30 H.C. 96 ■ PATATAK ERRIOXAR ERARA ■ LEGATZ XERRA PROVENTZAR ERARA MAIONESAREKIN ■ FRUTA ■ OGIA	12 KCAL 926 P. 33 LIP. 32 H.C. 130 ■ PAELLA ■ FRANKFURT SALTXTXAK TOMATE ETA PATATEKIN ■ ZAPOREDUN JOGURTA ■ OGIA	13 KCAL 748 P. 47 LIP. 16 H.C. 107 ■ INDABA GORRIAK ■ BAKAILAOA ERROMATAR ERARA LIZ ENTSALADAREKIN ■ FRUTA ■ OGIA	14 KCAL 824 P. 26 LIP. 40 H.C. 92 ■ BARAZKI PUREA ■ BEHIKI ALBONDIGAK JARDINERA SALTSAN ■ AZUKREDUN JOGURT NATURALA ■ OGIA	15 KCAL 812 P. 47 LIP. 19 H.C. 113 ■ ESPAGETIAK BOLOGNAR ERARA ■ TXERRI SOLOMO FRESKO BIRRINEZTATUA LETXUGAREKIN ■ FRUTA ■ OGIA
18 KCAL 817 P. 34 LIP. 41 H.C. 80 ■ LEKA SUEZTITUAK ■ TXERRI ESKALOPEA TXIP PATATEKIN ■ FRUTA ■ OGIA	19 KCAL 972 P. 49 LIP. 38 H.C. 110 ■ KIRIBIL SALTEATUAK BARRENGORRI ETA HIRUGIHARRAREKIN ■ OILASKO BULARKIAK BARRENGORRI SALTSAN ■ GREZIAR JOGURTA ■ OGIA	20 KCAL 710 P. 44 LIP. 17 H.C. 97 ■ DILISTAK ■ LEGATZ XERRA ERROMATAR ERARA LIZ ENTSALADAREKIN ■ FRUTA ■ OGIA	21 KCAL 727 P. 21 LIP. 34 H.C. 84 ■ HEGAZTI ZOPA FIDEOEKIN ■ PATATA ETA TXORIZO TORTILA LETXUGAREKIN ■ FRUTA ■ OGIA	22 KCAL 882 P. 31 LIP. 25 H.C. 137 ■ ARROZA TOMATEAREKIN ■ GASTROKI HANBURGESA ■ POSTRE GOZOA ■ OGIA
25	26 KCAL 687 P. 27 LIP. 28 H.C. 83 ■ KALABAZA ETA AZENARIO KREMA ■ %100 TXAHAL HANBURGESA JARDINERA SALTSAN ■ ZAPOREDUN JOGURTA ■ OGIA	27 KCAL 814 P. 41 LIP. 22 H.C. 114 ■ MAKARROIAK TOMATEAREKIN ■ BAKAILAOA ERROMATAR ERARA LETXUGAREKIN ■ FRUTA ■ OGIA	28 KCAL 755 P. 50 LIP. 19 H.C. 93 ■ PATATAK SALTSA BERDEAN ■ OILASKO IZTAR ERREA BARRENGORRI, AZENARIO ETA PATATEKIN ■ AZUKREDUN JOGURT NATURALA ■ OGIA	29 KCAL 853 P. 35 LIP. 31 H.C. 115 ■ INDABA ZURIAK ■ LEGATZ MEDAILOIAK SALTSA BERDEAN ■ FRUTA ■ OGIA

BAZKARIAN HARTUTAKO JAKIAK

Arroza, orekia, patata edo lekaleak
 Barazkiak
 Haragiak
 Arrainak
 Arrautza
 Fruta
 Esnekia

AFALTZEKO GOMENDIOAK

→ Barazki edo ortuari gordin edo prestatuak
 → Arroza, orekia edo patatak
 → Arraina edo arrautza
 → Haragi edo arrautza
 → Arraina edo haragia
 → Esnekia edo fruta
 → Fruta