

Astelehena / Lunes		Asteartea / Martes		Asteazkena/ Miércoles		Osteguna / Jueves		Ostirala / Viernes	
1	941Kcal - Prot:22g - Lip:36g - HC:125g	2	780Kcal - Prot:39g - Lip:27g - HC:88g	3	651Kcal - Prot:15g - Lip:27g - HC:78g	4	842Kcal - Prot:47g - Lip:29g - HC:88g	5	788Kcal - Prot:29g - Lip:43g - HC:68g
	. Zerbak patatarekin		. Dilistak barazkiekin (1)		. Porru-krema		. Txixirioak ziazerbarekin		. Patatak errioxar erara (7)
	. Barazki-paella		. Legatz arrautzeztatua entsaladarekin (1,3,4,2,6,10,14)		. Patata eta kuiatxo tortila entsaladarekin (3)		. Txahal hanburgesak barazki saltsan (1,3,7)		. Izokina labean maionesarekin (4,3,6)
8		9		10		11		12	
	. Fruta		. Fruta		. Fruta		. Jogurt naturala (7)		. Fruta
	. Acelgas con patata		. Lentejas con verduras		. Crema de puerros		. Garbanzos con espinacas		. Patatas a la riojana
15		16		17		18		19	
	. Paella de verduras		. Merluza rebozada con ensalada		. Tortilla de patata y calabacín con ensalada		. Hamburguesas de ternera en salsa de verduras		. Salmón al horno con mayonesa
	. Fruta		. Fruta		. Fruta		. Yogur natural		. Fruta
22		23		24		25		26	
	JAI EGUNA		. Babarrun txuriak azenarioarekin		. Kuia krema		. Ilarrak		. Makarroiak emmental erara (1,7,3,6,10)
	FIESTA		. Txahal albondigak barazki saltsan (1,3,7)		. Oilasko-bularki birrineztatua piperradarekin (1,3)		. Frantziar tortila entsaladarekin (3)		. Legatz labean baratxuri eta perexilarekin (4,2,14)
29		30		31					
	. Lekak patatarekin		. Alubias blancas con zanahoria		. Crema de calabaza		. Guisantes		. Fruta
	. Patata eta tipula tortila entsaladarekin (3)		. Albóndigas de ternera en salsa de verduras		. Pechuga de pollo empanada con piperrada		. Tortilla francesa con ensalada		. Macarrones al emmental
	. Fruta		. Fruta		. Fruta		. Yogur de sabores		. Merluza al horno con ajo y perejil
	. Vainas con patata		. Bocaditos de merluza en salsa piquillo		. Fruta				. Fruta
	. Tortilla de patata y cebolla con ensalada								
	. Fruta								
22	652Kcal - Prot:27g - Lip:28g - HC:62g	23	929Kcal - Prot:23g - Lip:41g - HC:112g	24	760Kcal - Prot:45g - Lip:24g - HC:78g	25		26	814Kcal - Prot:48g - Lip:38g - HC:68g
	. Porru-krema		. Haragi-paella		. Babarrun gorriak barazkiekin		. Barazki menestra		
	. Izokina labean maionesarekin (4,3,6)		. Frantziar tortila entsaladarekin (3)		. Txahal hanburgesa barazki saltsan (1,3,7)		. Oilasko izterrak limoi saltsan		
	. Fruta		. Fruta		. Fruta		. Jogurt naturala (7)		
	. Crema de puerros		. Paella de carnes		. Alubias pintas con verduras		. Menestra de verduras		
	. Salmón al horno con mayonesa		. Tortilla francesa con ensalada		. Hamburguesa de ternera en salsa de verduras		. Muslo de pollo en salsa de limón		
	. Fruta		. Fruta		. Fruta		. Yogur natural		
29	972Kcal - Prot:24g - Lip:41g - HC:121g	30	696Kcal - Prot:18g - Lip:29g - HC:83g	31	796Kcal - Prot:39g - Lip:26g - HC:89,6g				
	. Kuiatxo krema		. Brokolia erregosiarekin		. Txixirioak barazkiekin		. Ogi integrala · Pan integral (1,6,10,11)		
	. Txahal albondigak barazki saltsan (1,3,7)		. Patata eta tipula tortila entsaladarekin (3)		. Legatza saltsa berdean (1,4,2,6,10,14)				
	. Fruta		. Fruta		. Fruta				
	. Crema de calabacín		. Brócoli con refrito		. Garbanzos con verduras				
	. Albóndigas de ternera en salsa de verduras		. Tortilla de patata y cebolla con ensalada		. Merluza en salsa verde				
	. Fruta		. Fruta		. Fruta				

Alergenoen gida: 1-Glutena; 2-Krustazeoak; 3-Arrautza; 4-Arraina; 5-Kakahuetea; 6-Soja; 7- Esnekia; 8-Fruitu lehorra; 9-Apioa; 10-Ziapea; 11-Sesamoa; 12-Sulfitoak; 13-Altramuz; 14-Moluskua

Guía de los alérgenos: 1-Gluten; 2-Crustáceos; 3-Huevo; 4-Pescado; 5-Cacahuete; 6-Soja; 7-Lácteo; 8-Frutos secos; 9-Apio; 10-Mostaza; 11-Sésamo; 12-Sulfitos; 13-Altramuz; 14-Moluscos