



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 Macarrones blancos con tomate Filete de ternera a la plancha en salsa suave Fruta Pan Kcal 930 Lip.(gr.) 36 Prot.(gr.) 34 H.C(gr.) 116	3 Crema de calabaza y zanahoria Estofado de pavo con verduras Yogurt Pan Kcal 652 Lip.(gr.) 24 Prot.(gr.) 48 H.C(gr.) 61	4 Arroz blanco con pollo Bacalao romano con limón Fruta Pan Kcal 921 Lip.(gr.) 31 Prot.(gr.) 33 H.C(gr.) 134	5 Alubias rojas con chorizo Lomo fresco de cerdo plancha con champiñón y patata parisina Yogurt Pan Kcal 896 Lip.(gr.) 29 Prot.(gr.) 49 H.C(gr.) 108	6 Sopa de fideo con ave Muslo de pollo asado con lechuga Fruta Pan Kcal 844 Lip.(gr.) 38 Prot.(gr.) 61 H.C(gr.) 66
9 Lentejas con chorizo Huevos con tomate Fruta Pan Kcal 796 Lip.(gr.) 26 Prot.(gr.) 37 H.C(gr.) 102	10 Vainas rehogadas Guisado de ternera en salsa con patatas naturales Yogurt Pan Kcal 767 Lip.(gr.) 36 Prot.(gr.) 46 H.C(gr.) 62	11 Macarrones blancos con tomate Pechugas de pollo plancha en salsa suave de champiñón Fruta Pan Kcal 886 Lip.(gr.) 31 Prot.(gr.) 34 H.C(gr.) 115		
16 Sopa de fideo con ave Pechugas de pollo rebozadas con lechuga Fruta Pan Kcal 727 Lip.(gr.) 31 Prot.(gr.) 37 H.C(gr.) 74	17 Arroz blanco con verduras Zapatero al horno con tomate Yogurt Pan Kcal 830 Lip.(gr.) 24 Prot.(gr.) 36 H.C(gr.) 121	18 Garbanzos con verdura Lomo fresco de cerdo plancha con patatas naturales Fruta Pan Pan Kcal 861 Lip.(gr.) 26 Prot.(gr.) 46 H.C(gr.) 107	19 Puré de verdura Carne guisada de ternera con verduras Flan vainilla Pan Kcal 754 Lip.(gr.) 30 Prot.(gr.) 45 H.C(gr.) 76	20 Macarrones salteados Muslo de pollo asado con lechuga Fruta Pan Kcal 959 Lip.(gr.) 34 Prot.(gr.) 57 H.C(gr.) 105
23 Patatas a la riojana Filete de ternera al horno en salsa con champiñón y patata parisina Fruta Pan Kcal 759 Lip.(gr.) 26 Prot.(gr.) 37 H.C(gr.) 94	24 Alubias rojas con verdura Bacalao romano con lechuga Yogurt Pan Kcal 899 Lip.(gr.) 30 Prot.(gr.) 44 H.C(gr.) 112	25 Crema de calabaza y zanahoria Filete de guirra de cerdo rebozado con pimiento verde y zanahoria Fruta Pan Pan Kcal 731 Lip.(gr.) 37 Prot.(gr.) 26 H.C(gr.) 74	26 Estofado de pollo en salsa suave Macarrones blancos con tomate Yogurt Pan Kcal 981 Lip.(gr.) 34 Prot.(gr.) 48 H.C(gr.) 114	27 Lentejas con verdura Tortilla de patata con lechuga Fruta Pan Kcal 817 Lip.(gr.) 23 Prot.(gr.) 30 H.C(gr.) 121
30 Patatas en salsa verde Zapatero al horno con tomate Fruta Pan Kcal 680 Lip.(gr.) 21 Prot.(gr.) 35 H.C(gr.) 87	31 Verdura local Macarrones blancos con tomate Yogurt local Pan Pan Kcal 853 Lip.(gr.) 35 Prot.(gr.) 15 H.C(gr.) 118			

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
2 Makarroi zuriak tomatearekin Txahal xerra plantxan saltsa leunean Fruta Ogia Kcal 930 Lip.(gr.) 36 Prot.(gr.) 34 H.C(gr.) 116	3 Kalabaza eta azenario krema Indioilar erregosia barazkiekin Jogurta Ogia Kcal 652 Lip.(gr.) 24 Prot.(gr.) 48 H.C(gr.) 61	4 Arroz zuria oilaskoarekin Bakailaoa erromatar erara limoiarekin Fruta Ogia Kcal 921 Lip.(gr.) 31 Prot.(gr.) 33 H.C(gr.) 134	5 Indaba gorriak txorizoarekin Txerri solomo freskoa plantxan barregorri eta patatekin Jogurta Ogia Kcal 896 Lip.(gr.) 29 Prot.(gr.) 49 H.C(gr.) 108	6 Fideo zopa hegaztiarekin Oilasko iztar errea letxugarekin Fruta Ogia Kcal 844 Lip.(gr.) 38 Prot.(gr.) 61 H.C(gr.) 66
9 Dilistak txorizoarekin Arrautzak tomatearekin Fruta Ogia Kcal 796 Lip.(gr.) 26 Prot.(gr.) 37 H.C(gr.) 102	10 Leka sueztituak Txahal guisatua saltsan patatekin Jogurta Ogia Kcal 767 Lip.(gr.) 36 Prot.(gr.) 46 H.C(gr.) 62	11 Makarroi zuriak tomatearekin Oilasko bularkiak plantxan barregorri-saltsa leunean Fruta Ogia Kcal 886 Lip.(gr.) 31 Prot.(gr.) 34 H.C(gr.) 115		
16 Fideo zopa hegaztiarekin Oilasko bularki arrautzatzatuak letxugarekin Fruta Ogia Kcal 727 Lip.(gr.) 31 Prot.(gr.) 37 H.C(gr.) 74	17 Arroz zuria barazkiekin Zapataria laban eginda tomatearekin Jogurta Ogia Kcal 830 Lip.(gr.) 24 Prot.(gr.) 36 H.C(gr.) 121	18 Garbantzauak barazkiekin Txerri solomo freskoa plantxan patatekin Fruta Ogia Ogia Kcal 861 Lip.(gr.) 26 Prot.(gr.) 46 H.C(gr.) 107	19 Barazki purea Txahal okela gisatua barazkiekin Banilla budina Ogia Kcal 754 Lip.(gr.) 30 Prot.(gr.) 45 H.C(gr.) 76	20 Makarroi salteatuak Oilasko iztar errea letxugarekin Fruta Ogia Kcal 959 Lip.(gr.) 34 Prot.(gr.) 57 H.C(gr.) 105
23 Patatak errioxar erara Txahal xerra laban eginda saltsan barregorri eta patatekin Fruta Ogia Kcal 759 Lip.(gr.) 26 Prot.(gr.) 37 H.C(gr.) 94	24 Indaba gorriak barazkiekin Bakailaoa erromatar erara letxugarekin Jogurta Ogia Kcal 899 Lip.(gr.) 30 Prot.(gr.) 44 H.C(gr.) 112	25 Kalabaza eta azenario krema Txerri gihar xerra arrautzatzatua piper berde eta azenarioarekin Fruta Ogia Ogia Kcal 731 Lip.(gr.) 37 Prot.(gr.) 26 H.C(gr.) 74	26 Oilasko erregosia saltsa leunean Makarroi zuriak tomatearekin Jogurta Ogia Kcal 981 Lip.(gr.) 34 Prot.(gr.) 48 H.C(gr.) 114	27 Dilistak barazkiekin Patata tortila letxugarekin Fruta Ogia Kcal 817 Lip.(gr.) 23 Prot.(gr.) 30 H.C(gr.) 121
30 Patatak saltsa berdean Zapataria laban eginda tomatearekin Fruta Ogia Kcal 680 Lip.(gr.) 21 Prot.(gr.) 35 H.C(gr.) 87	31 Herriko barazkiak Makarroi zuriak tomatearekin Herriko jogurta Ogia Ogia Kcal 853 Lip.(gr.) 35 Prot.(gr.) 15 H.C(gr.) 118			

Oharra: Zeliakoentzako ADPAN ogia; Danone esnekiak; Orlando edo IAN tomate frijitua; Gallo arroz/artozko orekia; Irina: Maizena; Salda eta ongarririk gabe.