



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>2</p> <p>Macarrones napolitana Hamburguesa casera de vacuno al horno con tomate Fruta Pan</p> <p>Kcal 761 Lip.(gr.) 23 Prot.(gr.) 35 H.C(gr.) 106</p>	<p>3</p> <p>Crema de calabaza y zanahoria Estofado de pavo con verduras Yogurt Pan</p> <p>Kcal 621 Lip.(gr.) 18 Prot.(gr.) 43 H.C(gr.) 74</p>	<p>4</p> <p>Paella Bacalao romana con pimientos rojos Fruta Pan</p> <p>Kcal 847 Lip.(gr.) 25 Prot.(gr.) 45 H.C(gr.) 119</p>	<p>5</p> <p>Alubias rojas con chorizo Croquetas con jamón york y lechuga Yogurt Pan</p> <p>Kcal 941 Lip.(gr.) 27 Prot.(gr.) 42 H.C(gr.) 130</p>	<p>6</p> <p>Sopa de estrellas con pollo y huevo Muslo de pollo asado con lechuga Fruta Pan</p> <p>Kcal 703 Lip.(gr.) 24 Prot.(gr.) 56 H.C(gr.) 69</p>
<p>9</p> <p>Lentejas con chorizo Huevos con tomate Fruta Pan</p> <p>Kcal 684 Lip.(gr.) 16 Prot.(gr.) 41 H.C(gr.) 97</p>	<p>10</p> <p>Vainas con tomate y patata panadera Albóndigas caseras de pollo y cerdo en salsa suave con patatas cuadro Yogurt Pan</p> <p>Kcal 650 Lip.(gr.) 29 Prot.(gr.) 35 H.C(gr.) 64</p>	<p>11</p> <p>Coditos gratinados Pechugas de pollo en salsa de champiñón Fruta Pan</p> <p>Kcal 832 Lip.(gr.) 26 Prot.(gr.) 41 H.C(gr.) 111</p>		
<p>16</p> <p>Sopa de ave con fideos San jacob con lechuga Fruta Pan</p> <p>Kcal 712 Lip.(gr.) 25 Prot.(gr.) 26 H.C(gr.) 98</p>	<p>17</p> <p>Arroz con salchichas y chorizo Zapatero con tomate Yogurt Pan</p> <p>Kcal 782 Lip.(gr.) 21 Prot.(gr.) 45 H.C(gr.) 109</p>	<p>18</p> <p>Garbanzos con verdura Lomo adobado con chips Fruta Pan Pan</p> <p>Kcal 867 Lip.(gr.) 24 Prot.(gr.) 49 H.C(gr.) 113</p>	<p>19</p> <p>Puré de verdura Carne guisada de ternera con verduras Helado Pan</p> <p>Kcal 825 Lip.(gr.) 30 Prot.(gr.) 44 H.C(gr.) 95</p>	<p>20</p> <p>Espirales salteados con champiñón y bacon Muslo de pollo asado con lechuga Fruta Pan</p> <p>Kcal 914 Lip.(gr.) 30 Prot.(gr.) 60 H.C(gr.) 103</p>
<p>23</p> <p>Patatas a la riojana Hamburguesa casera de vacuno al horno con tomate Fruta Pan</p> <p>Kcal 714 Lip.(gr.) 23 Prot.(gr.) 32 H.C(gr.) 95</p>	<p>24</p> <p>Alubias rojas con verdura Bacalao romana con lechuga Yogurt Pan</p> <p>Kcal 785 Lip.(gr.) 18 Prot.(gr.) 53 H.C(gr.) 104</p>	<p>25</p> <p>Crema de calabaza y zanahoria Escalope de cerdo con pimientos rojos Fruta Pan Pan</p> <p>Kcal 651 Lip.(gr.) 23 Prot.(gr.) 32 H.C(gr.) 81</p>	<p>26</p> <p>Espaguetis con tomate Medallón de pollo guisado con arroz integral Yogurt Pan</p> <p>Kcal 872 Lip.(gr.) 24 Prot.(gr.) 50 H.C(gr.) 113</p>	<p>27</p> <p>Lentejas con verdura Tortilla de patata con lechuga Fruta Pan</p> <p>Kcal 749 Lip.(gr.) 20 Prot.(gr.) 31 H.C(gr.) 112</p>
<p>30</p> <p>Patatas en salsa verde Zapatero con tomate Fruta Pan</p> <p>Kcal 596 Lip.(gr.) 12 Prot.(gr.) 38 H.C(gr.) 84</p>	<p>31</p> <p>Verdura local Macarrones ecológicos Ensalada campera local Yogurt local Pan</p> <p>Kcal 1005 Lip.(gr.) 43 Prot.(gr.) 34 H.C(gr.) 121</p>			



ASTELEHENA	ASTEARTEA	ASTEAZKENA	OSTEGUNA	OSTIRALA
2 Makarroiak napolitar erara Etxean egindako behiki hanburgesa laban eginda tomatearekin Fruta Ogia Kcal 761 Lip.(gr.) 23 Prot.(gr.) 35 H.C(gr.) 106	3 Kalabaza eta azenario krema Indioilar erregosia barazkiekin Jogurta Ogia Kcal 621 Lip.(gr.) 18 Prot.(gr.) 43 H.C(gr.) 74	4 Paella Bakailaoa erromatar erara piper gorriekin Fruta Ogia Kcal 847 Lip.(gr.) 25 Prot.(gr.) 45 H.C(gr.) 119	5 Indaba gorriak txorizoarekin Kroketak urdaiazpiko egosi eta letxugarekin Jogurta Ogia Kcal 941 Lip.(gr.) 27 Prot.(gr.) 42 H.C(gr.) 130	6 Izar zopa oilasko eta arrautzarekin Oilasko iztar errea letxugarekin Fruta Ogia Kcal 703 Lip.(gr.) 24 Prot.(gr.) 56 H.C(gr.) 69
9 Dilistak txorizoarekin Arrautzak tomatearekin Fruta Ogia Kcal 684 Lip.(gr.) 16 Prot.(gr.) 41 H.C(gr.) 97	10 Lekak tomate eta panadera patatekin Etxean egindako oilasko eta txerri albondigak saltsa leunean patata laukiekin Jogurta Ogia Kcal 650 Lip.(gr.) 29 Prot.(gr.) 35 H.C(gr.) 64	11 Kodito gainerreak Oilasko bularkiak barrerorri saltsan Fruta Ogia Kcal 832 Lip.(gr.) 26 Prot.(gr.) 41 H.C(gr.) 111		
16 Hegazti zopa fideoekin San jakoboa letxugarekin Fruta Ogia Kcal 712 Lip.(gr.) 25 Prot.(gr.) 26 H.C(gr.) 98	17 Arroza saltxitxa eta txorizoarekin Zapataria tomatearekin Jogurta Ogia Kcal 782 Lip.(gr.) 21 Prot.(gr.) 45 H.C(gr.) 109	18 Garbantzuak barazkiekin Txerri solomo ontzutua txip patatekin Fruta Ogia Ogia Kcal 867 Lip.(gr.) 24 Prot.(gr.) 49 H.C(gr.) 113	19 Barazki purea Txahal okela gisatua barazkiekin Izozkia Ogia Kcal 825 Lip.(gr.) 30 Prot.(gr.) 44 H.C(gr.) 95	20 Kiribil salteatuak barrerorri eta hirugiharrekin Oilasko iztar errea letxugarekin Fruta Ogia Kcal 914 Lip.(gr.) 30 Prot.(gr.) 60 H.C(gr.) 103
23 Patatak errioxar erara Etxean egindako behiki hanburgesa laban eginda tomatearekin Fruta Ogia Kcal 714 Lip.(gr.) 23 Prot.(gr.) 32 H.C(gr.) 95	24 Indaba gorriak barazkiekin Bakailaoa erromatar erara letxugarekin Jogurta Ogia Kcal 785 Lip.(gr.) 18 Prot.(gr.) 53 H.C(gr.) 104	25 Kalabaza eta azenario krema Txerri eskaloepa piper gorriekin Fruta Ogia Ogia Kcal 651 Lip.(gr.) 23 Prot.(gr.) 32 H.C(gr.) 81	26 Espagetiak tomatearekin Oilasko gisatua arroz integralarekin Jogurta Ogia Kcal 872 Lip.(gr.) 24 Prot.(gr.) 50 H.C(gr.) 113	27 Dilistak barazkiekin Patata tortila letxugarekin Fruta Ogia Kcal 749 Lip.(gr.) 20 Prot.(gr.) 31 H.C(gr.) 112
30 Patatak saltsa berdean Zapataria tomatearekin Fruta Ogia Kcal 596 Lip.(gr.) 12 Prot.(gr.) 38 H.C(gr.) 84	31 Herriko barazkiak Makarroi ekologikoak Herriko barazki entsalada Herriko jogurta Ogia Kcal 1005 Lip.(gr.) 43 Prot.(gr.) 34 H.C(gr.) 121			