



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>9</p> <p>Sopa de fideo con ave Pechugas de pavo rebozadas con lechuga Fruta Pan</p> <p>Kcal 728 Lip.(gr.) 31 Prot.(gr.) 39 H.C(gr.) 73</p>	<p>10</p> <p>Arroz blanco con pollo Zapatero al horno con tomate Yogurt de soja Pan</p> <p>Kcal 825 Lip.(gr.) 24 Prot.(gr.) 43 H.C(gr.) 110</p>	<p>11</p> <p>Porrusalda Lomo fresco de cerdo plancha con patatas naturales Fruta Pan</p> <p>Kcal 781 Lip.(gr.) 31 Prot.(gr.) 30 H.C(gr.) 93</p>	<p>12</p> <p>Puré de verdura Carne guisada de ternera con verduras Yogurt de soja Pan</p> <p>Kcal 725 Lip.(gr.) 31 Prot.(gr.) 49 H.C(gr.) 60</p>	<p>13</p> <p>Espirales salteados Muslo de pollo asado con lechuga Fruta Pan</p> <p>Kcal 946 Lip.(gr.) 34 Prot.(gr.) 62 H.C(gr.) 97</p>
<p>16</p> <p>Patatas a la riojana Filete de ternera a la plancha en salsa suave Fruta Pan</p> <p>Kcal 746 Lip.(gr.) 29 Prot.(gr.) 32 H.C(gr.) 87</p>	<p>17</p> <p>Alubias rojas con verdura Bacalao romana con lechuga Yogurt de soja Pan</p> <p>Kcal 874 Lip.(gr.) 31 Prot.(gr.) 47 H.C(gr.) 100</p>	<p>18</p> <p>Espaguetis blancos con tomate Filete de cabezada de cerdo rebozado con verdura Fruta Pan Pan</p> <p>Kcal 1027 Lip.(gr.) 43 Prot.(gr.) 35 H.C(gr.) 123</p>	<p>19</p> <p>Crema de calabaza y zanahoria Estofado de pavo en salsa suave Yogurt de soja Pan</p> <p>Kcal 673 Lip.(gr.) 29 Prot.(gr.) 50 H.C(gr.) 50</p>	<p>20</p> <p>Lentejas con verdura Tortilla de patata con lechuga Fruta Pan</p> <p>Kcal 817 Lip.(gr.) 23 Prot.(gr.) 30 H.C(gr.) 121</p>
<p>23</p> <p>Crema de calabacín Lomo fresco de cerdo plancha con verdura Fruta Pan</p> <p>Kcal 678 Lip.(gr.) 32 Prot.(gr.) 29 H.C(gr.) 70</p>	<p>24</p> <p>Macarrones blancos con tomate Verdura local Yogurt de soja Pan</p> <p>Kcal 810 Lip.(gr.) 32 Prot.(gr.) 21 H.C(gr.) 103</p>	<p>25</p> <p>Garbanzos con verdura Muslo de pollo asado con patatas naturales Yogurt de soja Pan Pan</p> <p>Kcal 1016 Lip.(gr.) 33 Prot.(gr.) 79 H.C(gr.) 93</p>	<p>26</p> <p>Arroz blanco con verduras Filete de merluza romana con lechuga Fruta Pan</p> <p>Kcal 859 Lip.(gr.) 27 Prot.(gr.) 30 H.C(gr.) 130</p>	<p>27</p> <p>Sopa de estrellas con ave Huevos fritos con patatas Yogurt de soja Pan</p> <p>Kcal 755 Lip.(gr.) 41 Prot.(gr.) 33 H.C(gr.) 59</p>

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
9	10	11	12	13
Fideo zopa hegaztiarekin Indioilar bularki arrautzatzatuak letxugarekin Fruta Ogia Kcal 728 Lip.(gr.) 31 Prot.(gr.) 39 H.C.(gr.) 73	Arroz zuria oilaskoarekin Zapataria laban eginda tomatearekin Soja jogurta Ogia Kcal 825 Lip.(gr.) 24 Prot.(gr.) 43 H.C.(gr.) 110	Porrusalda Txerri solomo freskoa plantxan patatekin Fruta Ogia Kcal 781 Lip.(gr.) 31 Prot.(gr.) 30 H.C.(gr.) 93	Barazki purea Txahal okela gisatua barazkiekin Soja jogurta Ogia Kcal 725 Lip.(gr.) 31 Prot.(gr.) 49 H.C.(gr.) 60	Kiribil salteatuak Oilasko iztar errea letxugarekin Fruta Ogia Kcal 946 Lip.(gr.) 34 Prot.(gr.) 62 H.C.(gr.) 97
16	17	18	19	20
Patatak errioxar erara Txahal xerra plantxan saltsa leunean Fruta Ogia Kcal 746 Lip.(gr.) 29 Prot.(gr.) 32 H.C.(gr.) 87	Indaba gorriak barazkiekin Bakailaoa erromatar erara letxugarekin Soja jogurta Ogia Kcal 874 Lip.(gr.) 31 Prot.(gr.) 47 H.C.(gr.) 100	Espageti zuriak tomatearekin Burualdeko txerri xerra arrautzatzatua barazkiekin Fruta Ogia Ogia Kcal 1027 Lip.(gr.) 43 Prot.(gr.) 35 H.C.(gr.) 123	Kalabaza eta azenario krema Indioilar erregosia saltsa leunean Soja jogurta Ogia Kcal 673 Lip.(gr.) 29 Prot.(gr.) 50 H.C.(gr.) 50	Dilistak barazkiekin Patata tortila letxugarekin Fruta Ogia Kcal 817 Lip.(gr.) 23 Prot.(gr.) 30 H.C.(gr.) 121
23	24	25	26	27
Kalabazin krema Txerri solomo freskoa plantxan barazkiekin Fruta Ogia Kcal 678 Lip.(gr.) 32 Prot.(gr.) 29 H.C.(gr.) 70	Makarroi zuriak tomatearekin Herriko barazkiak Soja jogurta Ogia Kcal 810 Lip.(gr.) 32 Prot.(gr.) 21 H.C.(gr.) 103	Garbantzuak barazkiekin Oilasko iztar errea patatekin Soja jogurta Ogia Ogia Kcal 1016 Lip.(gr.) 33 Prot.(gr.) 79 H.C.(gr.) 93	Arroz zuria barazkiekin Legatz xerra erromatar erara letxugarekin Fruta Ogia Kcal 859 Lip.(gr.) 27 Prot.(gr.) 30 H.C.(gr.) 130	Izar zopa hegaztiarekin Arrautza frijituak patatekin Soja jogurta Ogia Kcal 755 Lip.(gr.) 41 Prot.(gr.) 33 H.C.(gr.) 59

Oharra: Zeliakoentzako ADPAN ogia; Sojazko jogurta; Orlando edo IAN tomate frijitua; Salda eta ongarririk gabe.