

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1	2 <b>KCAL 869 P. 32 LIP. 31 H.C. 115</b> ■ ARROZ BLANCO CON TOMATE ■ FILETE DE MERLUZA AL HORNO EN SALSA SUAVE ■ YOGURT NATURAL AZUCARADO ■ PAN	3 <b>KCAL 725 P. 42 LIP. 34 H.C. 63</b> ■ MENESTRA DE VERDURAS ■ MUSLO DE POLLO ASADO CON ENSALADA LIZ ■ FRUTA ■ PAN	4 <b>KCAL 775 P. 34 LIP. 36 H.C. 77</b> ■ SOPA DE FIDEO CON AVE ■ LOMO FRESCO DE CERDO PLANCHA EN SALSA SUAVE CON PATATAS NATURALES ■ YOGURT SABORES ■ PAN	5 <b>KCAL 686 P. 35 LIP. 22 H.C. 88</b> ■ LENTEJAS CON ARROZ ■ BACALAO AL HORNO EN SALSA VERDE ■ FRUTA ■ PAN
8 <b>KCAL 893 P. 45 LIP. 38 H.C. 93</b> ■ PORRUSALDA ■ CARNE GUISADA DE TERNERA CON VERDURAS ■ FRUTA ■ PAN	9 <b>KCAL 831 P. 27 LIP. 30 H.C. 111</b> ■ MACARRONES SALTEADOS ■ MEDALLONES DE MERLUZA AL HORNO EN SALSA VERDE ■ NATILLAS ■ PAN	10 <b>KCAL 861 P. 29 LIP. 28 H.C. 123</b> ■ ALUBIAS BLANCAS CON VERDURA ■ TORTILLA DE PATATA CON LECHUGA ■ FRUTA ■ PAN	11 <b>KCAL 759 P. 45 LIP. 29 H.C. 75</b> ■ CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA ■ ESTOFADO DE POLLO CON VERDURAS ■ YOGURT SABORES ■ PAN	12 <b>KCAL 787 P. 33 LIP. 27 H.C. 108</b> ■ ARROZ BLANCO CON POLLO ■ BACALAO AL HORNO ■ FRUTA ■ PAN
15 <b>KCAL 843 P. 20 LIP. 41 H.C. 97</b> ■ PORRUSALDA ■ HAMBURGUESA DE TERNERA 100% EN SALSA ■ FRUTA ■ PAN	16 <b>KCAL 713 P. 16 LIP. 31 H.C. 90</b> ■ PURÉ DE VERDURA ■ TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA LIZ ■ YOGURT SABORES ■ PAN	17 <b>KCAL 868 P. 28 LIP. 29 H.C. 120</b> ■ MACARRONES BLANCOS CON TOMATE ■ FILETE DE MERLUZA ROMANA CON LIMÓN ■ FRUTA ■ PAN	18 <b>KCAL 806 P. 50 LIP. 34 H.C. 72</b> ■ SOPA DE FIDEO CON AVE ■ ESTOFADO DE PAVO CON VERDURAS ■ YOGURT NATURAL AZUCARADO ■ PAN	19 <b>KCAL 830 P. 45 LIP. 25 H.C. 103</b> ■ GARBANZOS CON CHORIZO ■ BACALAO AL HORNO CON TOMATE ■ FRUTA ■ PAN
22 <b>KCAL 806 P. 27 LIP. 27 H.C. 111</b> ■ MACARRONES BLANCOS CON TOMATE ■ BACALAO AL HORNO EN SALSA VERDE ■ FRUTA ■ PAN	23 <b>KCAL 1010 P. 44 LIP. 46 H.C. 102</b> ■ ALUBIAS ROJAS CON VERDURA ■ FILETE DE CABEZADA DE CERDO PLANCHA EN SALSA SUAVE ■ YOGURT GRIEGO ■ PAN	24 <b>KCAL 685 P. 29 LIP. 24 H.C. 83</b> ■ PATATAS EN SALSA VERDE ■ FILETE DE MERLUZA AL HORNO EN SALSA SUAVE ■ FRUTA ■ PAN	25 <b>KCAL 834 P. 47 LIP. 42 H.C. 67</b> ■ VAINAS REHOGADAS ■ GUISADO DE TERNERA EN SALSA DE VERDURAS ■ YOGURT SABORES ■ PAN	26 <b>KCAL 848 P. 36 LIP. 29 H.C. 117</b> ■ ARROZ BLANCO CON VERDURAS ■ PECHUGAS DE POLLO REBOZADAS CON ENSALADA LIZ ■ FRUTA ■ PAN
29 <b>KCAL 695 P. 30 LIP. 34 H.C. 68</b> ■ SOPA DE FIDEO CON AVE ■ LOMO FRESCO DE CERDO PLANCHA EN SALSA SUAVE CON LECHUGA ■ FRUTA ■ PAN	30 <b>KCAL 902 P. 58 LIP. 30 H.C. 98</b> ■ LENTEJAS CON VERDURA ■ MUSLO DE POLLO ASADO CON CHAMPIÑÓN Y PATATA PARISINA ■ YOGURT SABORES ■ PAN	31 <b>KCAL 830 P. 29 LIP. 29 H.C. 115</b> ■ ARROZ BLANCO CON TOMATE ■ FILETE DE MERLUZA AL HORNO EN SALSA SUAVE ■ FRUTA ■ PAN		

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

1	2 <b>KCAL 869 P. 32 LIP. 31 H.C. 115</b> ■ ARROZ ZURIA TOMATEAREKIN ■ LEGATZ XERRA LABAN EGINDA SALTSA LEUNEAN ■ AZUKREDUN JOGURT NATURALA ■ OGIA	3 <b>KCAL 725 P. 42 LIP. 34 H.C. 63</b> ■ BARAZKI MENESTRA ■ OILASKO IZTAR ERREA LIZ ENTSALADAREKIN ■ FRUTA ■ OGIA	4 <b>KCAL 775 P. 34 LIP. 36 H.C. 77</b> ■ FIDEO ZOPA HEGAZTIAREKIN ■ TXERRI SOLOMO FRESKOA PLANTXAN SALTSA LEUNEAN PATATEKIN ■ ZAPOREDUN JOGURTA ■ OGIA	5 <b>KCAL 686 P. 35 LIP. 22 H.C. 88</b> ■ DILISTAK ARROZAREKIN ■ BAKAILAOA LABAN EGINDA SALTSA BERDEAN ■ FRUTA ■ OGIA
8 <b>KCAL 893 P. 45 LIP. 38 H.C. 93</b> ■ PORRUSALDA ■ TXAHAL OKELA GISATUA BARAZKIEKIN ■ FRUTA ■ OGIA	9 <b>KCAL 831 P. 27 LIP. 30 H.C. 111</b> ■ MAKARROI SALTEATUAK ■ LEGATZ MEDAILOIAK LABAN EGINDA SALTSA BERDEAN ■ ARRAUTZESNEA ■ OGIA	10 <b>KCAL 861 P. 29 LIP. 28 H.C. 123</b> ■ INDABA ZURIAK BARAZKIEKIN ■ PATATA TORTILA LETXUGAREKIN ■ FRUTA ■ OGIA	11 <b>KCAL 759 P. 45 LIP. 29 H.C. 75</b> ■ KALABAZA ETA AZENARIO KREMA ■ OILASKO ERREGOSIA BARAZKIEKIN ■ ZAPOREDUN JOGURTA ■ OGIA	12 <b>KCAL 787 P. 33 LIP. 27 H.C. 108</b> ■ ARROZ ZURIA OILASKOAREKIN ■ BAKAILAOA LABAN EGINDA ■ FRUTA ■ OGIA
15 <b>KCAL 843 P. 20 LIP. 41 H.C. 97</b> ■ PORRUSALDA ■ %100 TXAHAL HANBURGESA SALTSA ■ FRUTA ■ OGIA	16 <b>KCAL 713 P. 16 LIP. 31 H.C. 90</b> ■ BARAZKI PUREA ■ PATATA TORTILA LIZ ENTSALADAREKIN ■ ZAPOREDUN JOGURTA ■ OGIA	17 <b>KCAL 868 P. 28 LIP. 29 H.C. 120</b> ■ MAKARROI ZURIAK TOMATEAREKIN ■ LEGATZ XERRA ERROMATAR ERARA LIMOIAREKIN ■ FRUTA ■ OGIA	18 <b>KCAL 806 P. 50 LIP. 34 H.C. 72</b> ■ FIDEO ZOPA HEGAZTIAREKIN ■ INDIOILAR ERREGOSIA BARAZKIEKIN ■ AZUKREDUN JOGURT NATURALA ■ OGIA	19 <b>KCAL 830 P. 45 LIP. 25 H.C. 103</b> ■ GARBANTZUAK TXORIZOAREKIN ■ BAKAILAOA LABAN EGINDA TOMATEAREKIN ■ FRUTA ■ OGIA
22 <b>KCAL 806 P. 27 LIP. 27 H.C. 111</b> ■ MAKARROI ZURIAK TOMATEAREKIN ■ BAKAILAOA LABAN EGINDA SALTSA BERDEAN ■ FRUTA ■ OGIA	23 <b>KCAL 1010 P. 44 LIP. 46 H.C. 102</b> ■ INDABA GORRIAK BARAZKIEKIN ■ BURUALDEKO TXERRI XERRA PLANTXAN SALTSA LEUNEAN ■ GREZIAR JOGURTA ■ OGIA	24 <b>KCAL 685 P. 29 LIP. 24 H.C. 83</b> ■ PATATAK SALTSA BERDEAN ■ LEGATZ XERRA LABAN EGINDA SALTSA LEUNEAN ■ FRUTA ■ OGIA	25 <b>KCAL 834 P. 47 LIP. 42 H.C. 67</b> ■ LEKA SUEZTITUAK ■ TXAHAL GUISATUA BARAZKI SALTSA ■ ZAPOREDUN JOGURTA ■ OGIA	26 <b>KCAL 848 P. 36 LIP. 29 H.C. 117</b> ■ ARROZ ZURIA BARAZKIEKIN ■ OILASKO BULARKI ARRAUTZAZTATUAK LIZ ENTSALADAREKIN ■ FRUTA ■ OGIA
29 <b>KCAL 695 P. 30 LIP. 34 H.C. 68</b> ■ FIDEO ZOPA HEGAZTIAREKIN ■ TXERRI SOLOMO FRESKOA PLANTXAN SALTSA LEUNEAN LETXUGAREKIN ■ FRUTA ■ OGIA	30 <b>KCAL 902 P. 58 LIP. 30 H.C. 98</b> ■ DILISTAK BARAZKIEKIN ■ OILASKO IZTAR ERREA BARRENGORRI ETA PATATEKIN ■ ZAPOREDUN JOGURTA ■ OGIA	31 <b>KCAL 830 P. 29 LIP. 29 H.C. 115</b> ■ ARROZ ZURIA TOMATEAREKIN ■ LEGATZ XERRA LABAN EGINDA SALTSA LEUNEAN ■ FRUTA ■ OGIA		

OHARRA: ZELIAKOENTZAKO ADPAN OGIA; DANONE ESNEKIAK; ORLANDO EDO IAN TOMATE FRIJITUA; GALLO ARROZ/ARTOZKO OREKIA; IRINA: MAIZENA; SALDA ETA ONGARRIRIK GABE.