

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1	2 KCAL 869 P. 32 LIP. 31 H.C. 115 ■ ARROZ BLANCO CON TOMATE ■ FILETE DE MERLUZA AL HORNO EN SALSA SUAVE ■ YOGURT NATURAL AZUCARADO ■ PAN	3 KCAL 725 P. 42 LIP. 34 H.C. 63 ■ MENESTRA DE VERDURAS ■ MUSLO DE POLLO ASADO CON ENSALADA LIZ ■ FRUTA ■ PAN	4 KCAL 775 P. 34 LIP. 36 H.C. 77 ■ SOPA DE FIDEO CON AVE ■ LOMO FRESCO DE CERDO PLANCHA EN SALSA SUAVE CON PATATAS NATURALES ■ YOGURT SABORES ■ PAN	5 KCAL 686 P. 35 LIP. 22 H.C. 88 ■ LENTEJAS CON ARROZ ■ BACALAO AL HORNO EN SALSA VERDE ■ FRUTA ■ PAN
8 KCAL 893 P. 45 LIP. 38 H.C. 93 ■ PORRUSALDA ■ CARNE GUISADA DE TERNERA CON VERDURAS ■ FRUTA ■ PAN	9 KCAL 831 P. 27 LIP. 30 H.C. 111 ■ MACARRONES SALTEADOS ■ MEDALLONES DE MERLUZA AL HORNO EN SALSA VERDE ■ NATILLAS ■ PAN	10 KCAL 815 P. 47 LIP. 24 H.C. 104 ■ ALUBIAS BLANCAS CON VERDURA ■ PECHUGAS DE PAVO PLANCHA EN SALSA SUAVE CON LECHUGA ■ FRUTA ■ PAN	11 KCAL 759 P. 45 LIP. 29 H.C. 75 ■ CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA ■ ESTOFADO DE POLLO CON VERDURAS ■ YOGURT SABORES ■ PAN	12 KCAL 787 P. 33 LIP. 27 H.C. 108 ■ ARROZ BLANCO CON POLLO ■ BACALAO AL HORNO ■ FRUTA ■ PAN
15 KCAL 843 P. 20 LIP. 41 H.C. 97 ■ PORRUSALDA ■ HAMBURGUESA DE TERNERA 100% EN SALSA ■ FRUTA ■ PAN	16 KCAL 729 P. 43 LIP. 31 H.C. 67 ■ PURÉ DE VERDURA ■ MUSLO DE POLLO ASADO CON ENSALADA LIZ ■ YOGURT SABORES ■ PAN	17 KCAL 819 P. 26 LIP. 28 H.C. 111 ■ MACARRONES BLANCOS CON TOMATE ■ FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON LIMÓN ■ FRUTA ■ PAN	18 KCAL 806 P. 50 LIP. 34 H.C. 72 ■ SOPA DE FIDEO CON AVE ■ ESTOFADO DE PAVO CON VERDURAS ■ YOGURT NATURAL AZUCARADO ■ PAN	19 KCAL 830 P. 45 LIP. 25 H.C. 103 ■ GARBANZOS CON CHORIZO ■ BACALAO AL HORNO CON TOMATE ■ FRUTA ■ PAN
22 KCAL 806 P. 27 LIP. 27 H.C. 111 ■ MACARRONES BLANCOS CON TOMATE ■ BACALAO AL HORNO EN SALSA VERDE ■ FRUTA ■ PAN	23 KCAL 1010 P. 44 LIP. 46 H.C. 102 ■ ALUBIAS ROJAS CON VERDURA ■ FILETE DE CABEZADA DE CERDO PLANCHA EN SALSA SUAVE ■ YOGURT GRIEGO ■ PAN	24 KCAL 685 P. 29 LIP. 24 H.C. 83 ■ PATATAS EN SALSA VERDE ■ FILETE DE MERLUZA AL HORNO EN SALSA SUAVE ■ FRUTA ■ PAN	25 KCAL 834 P. 47 LIP. 42 H.C. 67 ■ VAINAS REHOGADAS ■ GUISADO DE TERNERA EN SALSA DE VERDURAS ■ YOGURT SABORES ■ PAN	26 KCAL 815 P. 35 LIP. 28 H.C. 111 ■ ARROZ BLANCO CON VERDURAS ■ PECHUGAS DE POLLO PLANCHA EN SALSA SUAVE CON ENSALADA LIZ ■ FRUTA ■ PAN
29 KCAL 695 P. 30 LIP. 34 H.C. 68 ■ SOPA DE FIDEO CON AVE ■ LOMO FRESCO DE CERDO PLANCHA EN SALSA SUAVE CON LECHUGA ■ FRUTA ■ PAN	30 KCAL 902 P. 58 LIP. 30 H.C. 98 ■ LENTEJAS CON VERDURA ■ MUSLO DE POLLO ASADO CON CHAMPIÑÓN Y PATATA PARISINA ■ YOGURT SABORES ■ PAN	31 KCAL 830 P. 29 LIP. 29 H.C. 115 ■ 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; NO UTILIZACIÓN DE CALDOS NI CONDIMENTOS.

ASTELEHENA

ASTEARTEA

ASTEAZKENA

OSTEGUNA

OSTIRALA

1	2 KCAL 869 P. 32 LIP. 31 H.C. 115 ■ ARROZ ZURIA TOMATEAREKIN ■ LEGATZ XERRA LABAN EGINDA SALTSA LEUNEAN ■ AZUKREDUN JOGURT NATURALA ■ OGIA	3 KCAL 725 P. 42 LIP. 34 H.C. 63 ■ BARAZKI MENESTRA ■ OILASKO IZTAR ERREA LIZ ENTSALADAREKIN ■ FRUTA ■ OGIA	4 KCAL 775 P. 34 LIP. 36 H.C. 77 ■ FIDEO ZOPA HEGAZTIAREKIN ■ TXERRI SOLOMO FRESKOA PLANTXAN SALTSA LEUNEAN PATATEKIN ■ ZAPOREDUN JOGURTA ■ OGIA	5 KCAL 686 P. 35 LIP. 22 H.C. 88 ■ DILISTAK ARROZAREKIN ■ BAKAILAOA LABAN EGINDA SALTSA BERDEAN ■ FRUTA ■ OGIA
8 KCAL 893 P. 45 LIP. 38 H.C. 93 ■ PORRUSALDA ■ TXAHAL OKELA GISATUA BARAZKIEKIN ■ FRUTA ■ OGIA	9 KCAL 831 P. 27 LIP. 30 H.C. 111 ■ MAKARROI SALTEATUAK ■ LEGATZ MEDAILOIAK LABAN EGINDA SALTSA BERDEAN ■ ARRAUTZESNEA ■ OGIA	10 KCAL 815 P. 47 LIP. 24 H.C. 104 ■ INDABA ZURIAK BARAZKIEKIN ■ INDIOILAR BULARKIAK PLANTXAN SALTSA LEUNEAN LETXUGAREKIN ■ FRUTA ■ OGIA	11 KCAL 759 P. 45 LIP. 29 H.C. 75 ■ KALABAZA ETA AZENARIO KREMA ■ OILASKO ERREGOSIA BARAZKIEKIN ■ ZAPOREDUN JOGURTA ■ OGIA	12 KCAL 787 P. 33 LIP. 27 H.C. 108 ■ ARROZ ZURIA OILASKOAREKIN ■ BAKAILAOA LABAN EGINDA ■ FRUTA ■ OGIA
15 KCAL 843 P. 20 LIP. 41 H.C. 97 ■ PORRUSALDA ■ %100 TXAHAL HANBURGESA SALTSA ■ FRUTA ■ OGIA	16 KCAL 729 P. 43 LIP. 31 H.C. 67 ■ BARAZKI PUREA ■ OILASKO IZTAR ERREA LIZ ENTSALADAREKIN ■ ZAPOREDUN JOGURTA ■ OGIA	17 KCAL 819 P. 26 LIP. 28 H.C. 111 ■ MAKARROI ZURIAK TOMATEAREKIN ■ LEGATZ XERRA LABAN EGINDA LIMOIAREKIN ■ FRUTA ■ OGIA	18 KCAL 806 P. 50 LIP. 34 H.C. 72 ■ FIDEO ZOPA HEGAZTIAREKIN ■ INDIOILAR ERREGOSIA BARAZKIEKIN ■ AZUKREDUN JOGURT NATURALA ■ OGIA	19 KCAL 830 P. 45 LIP. 25 H.C. 103 ■ GARBANTZUAK TXORIZOAREKIN ■ BAKAILAOA LABAN EGINDA TOMATEAREKIN ■ FRUTA ■ OGIA
22 KCAL 806 P. 27 LIP. 27 H.C. 111 ■ MAKARROI ZURIAK TOMATEAREKIN ■ BAKAILAOA LABAN EGINDA SALTSA BERDEAN ■ FRUTA ■ OGIA	23 KCAL 1010 P. 44 LIP. 46 H.C. 102 ■ INDABA GORRIAK BARAZKIEKIN ■ BURUALDEKO TXERRI XERRA PLANTXAN SALTSA LEUNEAN ■ GREZIAR JOGURTA ■ OGIA	24 KCAL 685 P. 29 LIP. 24 H.C. 83 ■ PATATAK SALTSA BERDEAN ■ LEGATZ XERRA LABAN EGINDA SALTSA LEUNEAN ■ FRUTA ■ OGIA	25 KCAL 834 P. 47 LIP. 42 H.C. 67 ■ LEKA SUEZTITUAK ■ TXAHAL GUISATUA BARAZKI SALTSA ■ ZAPOREDUN JOGURTA ■ OGIA	26 KCAL 815 P. 35 LIP. 28 H.C. 111 ■ ARROZ ZURIA BARAZKIEKIN ■ OILASKO BULARKIAK PLANTXAN SALTSA LEUNEAN LIZ ENTSALADAREKIN ■ FRUTA ■ OGIA
29 KCAL 695 P. 30 LIP. 34 H.C. 68 ■ FIDEO ZOPA HEGAZTIAREKIN ■ TXERRI SOLOMO FRESKOA PLANTXAN SALTSA LEUNEAN LETXUGAREKIN ■ FRUTA ■ OGIA	30 KCAL 902 P. 58 LIP. 30 H.C. 98 ■ DILISTAK BARAZKIEKIN ■ OILASKO IZTAR ERREA BARRENGORRI ETA PATATEKIN ■ ZAPOREDUN JOGURTA ■ OGIA	31 KCAL 830 P. 29 LIP. 29 H.C. 115 ■ 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; SALDA ETA ONGARRIRIK GABE.