

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1	2 KCAL 895 P. 43 LIP. 29 H.C. 120 ■ ARROZ BLANCO CON TOMATE ■ FILETE DE TERNERA A LA PLANCHA EN SALSA SUAVE ■ YOGURT NATURAL AZUCARADO ■ PAN	3 KCAL 763 P. 22 LIP. 36 H.C. 90 ■ MENESTRA DE VERDURAS ■ NUGGETS DE POLLO CON ENSALADA LIZ ■ FRUTA ■ PAN	4 KCAL 833 P. 44 LIP. 34 H.C. 87 ■ SOPA DE LETRAS CON AVE ■ LOMO FRESCO DE CERDO EMPANADO CON CHIPS ■ YOGURT SABORES ■ PAN	5 KCAL 686 P. 46 LIP. 16 H.C. 92 ■ LENTEJAS CON ARROZ ■ PECHUGAS DE PAVO PLANCHA EN SALSA SUAVE ■ FRUTA ■ PAN
8 KCAL 846 P. 49 LIP. 30 H.C. 95 ■ PORRUSALDA ■ CARNE GUISADA DE TERNERA CON VERDURAS ■ FRUTA ■ PAN	9 KCAL 896 P. 40 LIP. 34 H.C. 110 ■ ESPIRALES SALTEADOS ■ FILETE DE GUIARRA DE CERDO PLANCHA EN SALSA SUAVE ■ NATILLAS ■ PAN	10 KCAL 814 P. 33 LIP. 20 H.C. 126 ■ ALUBIAS BLANCAS CON VERDURA ■ TORTILLA DE PATATA CON LECHUGA ■ FRUTA ■ PAN	11 KCAL 642 P. 25 LIP. 19 H.C. 94 ■ CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA ■ FILETE DE POLLO EMPANADO CON ENSALADA LIZ ■ YOGURT SABORES ■ PAN	12 KCAL 874 P. 30 LIP. 29 H.C. 129 ■ ARROZ BLANCO CON POLLO ■ SALCHICHAS FRANKFURT CON TOMATE Y PATATAS CUADRO ■ FRUTA ■ PAN
15 KCAL 795 P. 24 LIP. 34 H.C. 99 ■ PORRUSALDA ■ HAMBURGUESA DE TERNERA 100% EN SALSA ■ FRUTA ■ PAN	16 KCAL 666 P. 21 LIP. 23 H.C. 92 ■ PURÉ DE VERDURA ■ TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA LIZ ■ YOGURT SABORES ■ PAN	17 KCAL 830 P. 41 LIP. 26 H.C. 108 ■ TALLARINES BLANCOS CON TOMATE ■ FILETE DE TERNERA A LA PLANCHA EN SALSA SUAVE ■ FRUTA ■ PAN	18 KCAL 773 P. 57 LIP. 27 H.C. 76 ■ SOPA DE ESTRELLAS CON AVE ■ ESTOFADO DE PAVO CON VERDURAS ■ YOGURT NATURAL AZUCARADO ■ PAN	19 KCAL 829 P. 54 LIP. 21 H.C. 105 ■ GARBANZOS CON CHORIZO ■ LOMO FRESCO DE CERDO PLANCHA EN SALSA SUAVE ■ FRUTA ■ PAN
22 KCAL 896 P. 53 LIP. 26 H.C. 113 ■ MACARRONES BLANCOS CON TOMATE ■ MUSLO DE POLLO ASADO CON VERDURAS ■ FRUTA ■ PAN	23 KCAL 963 P. 49 LIP. 39 H.C. 105 ■ ALUBIAS ROJAS CON VERDURA ■ FILETE DE CABEZADA DE CERDO PLANCHA EN SALSA SUAVE ■ YOGURT GRIEGO ■ PAN	24 KCAL 781 P. 48 LIP. 22 H.C. 95 ■ PORRUSALDA ■ ESTOFADO DE POLLO CON VERDURAS ■ FRUTA ■ PAN	25 KCAL 787 P. 52 LIP. 34 H.C. 69 ■ VAINAS REHOGADAS ■ GUISADO DE TERNERA EN SALSA DE VERDURAS ■ YOGURT SABORES ■ PAN	26 KCAL 802 P. 41 LIP. 21 H.C. 118 ■ ARROZ BLANCO CON VERDURAS ■ PECHUGAS DE POLLO REBOZADAS CON ENSALADA LIZ ■ FRUTA ■ PAN
29 KCAL 827 P. 27 LIP. 29 H.C. 117 ■ SOPA DE FIDEO CON AVE ■ SAN JACOBO CON LECHUGA ■ FRUTA ■ PAN	30 KCAL 854 P. 62 LIP. 23 H.C. 100 ■ LENTEJAS CON VERDURA ■ MUSLO DE POLLO ASADO CON CHAMPIÑÓN Y PATATA PARISINA ■ YOGURT SABORES ■ PAN	31 KCAL 967 P. 53 LIP. 31 H.C. 125 ■ ARROZ BLANCO CON TOMATE ■ ESTOFADO DE TERNERA CON VERDURAS EN SALSA ■ FRUTA ■ PAN		

NOTA: NO UTILIZACIÓN DE CALDOS NI CONDIMENTOS EN LAS ELABORACIONES.

ASTELEHENA

ASTEARTEA

ASTEAZKENA

OSTEGUNA

OSTIRALA

1	2 KCAL 895 P. 43 LIP. 29 H.C. 120 <ul style="list-style-type: none"> ■ ARROZ ZURIA TOMATEAREKIN ■ TXAHAL XERRA PLANTXAN SALTSA LEUNEAN ■ AZUKREDUN JOGURT NATURALA ■ OGIA 	3 KCAL 763 P. 22 LIP. 36 H.C. 90 <ul style="list-style-type: none"> ■ BARAZKI MENESTRA ■ OILASKO NUGGETAK LIZ ENTSALADAREKIN ■ FRUTA ■ OGIA 	4 KCAL 833 P. 44 LIP. 34 H.C. 87 <ul style="list-style-type: none"> ■ HIZKI ZOPA HEGAZTIAREKIN ■ TXERRI SOLOMO FRESKO BIRRINEZTATUA TXIP PATATEKIN ■ ZAPOREDUN JOGURTA ■ OGIA 	5 KCAL 686 P. 46 LIP. 16 H.C. 92 <ul style="list-style-type: none"> ■ DILISTAK ARROZAREKIN ■ INDIOILAR BULARKIAK PLANTXAN SALTSA LEUNEAN ■ FRUTA ■ OGIA
8 KCAL 846 P. 49 LIP. 30 H.C. 95 <ul style="list-style-type: none"> ■ PORRUSALDA ■ TXAHAL OKELA GISATUA BARAZKIEKIN ■ FRUTA ■ OGIA 	9 KCAL 896 P. 40 LIP. 34 H.C. 110 <ul style="list-style-type: none"> ■ KIRIBIL SALTEATUAK ■ TXERRI GIHAR XERRA PLANTXAN SALTSA LEUNEAN ■ ARRAUTZESNEA ■ OGIA 	10 KCAL 814 P. 33 LIP. 20 H.C. 126 <ul style="list-style-type: none"> ■ INDABA ZURIAK BARAZKIEKIN ■ PATATA TORTILA LETXUGAREKIN ■ FRUTA ■ OGIA 	11 KCAL 642 P. 25 LIP. 19 H.C. 94 <ul style="list-style-type: none"> ■ KALABAZA ETA AZENARIO KREMA ■ OILASKO XERRA BIRRINEZTATUA LIZ ENTSALADAREKIN ■ ZAPOREDUN JOGURTA ■ OGIA 	12 KCAL 874 P. 30 LIP. 29 H.C. 129 <ul style="list-style-type: none"> ■ ARROZ ZURIA OILASKOAREKIN ■ FRANKFURT SALTXTITXAK TOMATE ETA PATATA LAUKIEKIN ■ FRUTA ■ OGIA
15 KCAL 795 P. 24 LIP. 34 H.C. 99 <ul style="list-style-type: none"> ■ PORRUSALDA ■ %100 TXAHAL HANBURGESA SALTSA ■ FRUTA ■ OGIA 	16 KCAL 666 P. 21 LIP. 23 H.C. 92 <ul style="list-style-type: none"> ■ BARAZKI PUREA ■ PATATA TORTILA LIZ ENTSALADAREKIN ■ ZAPOREDUN JOGURTA ■ OGIA 	17 KCAL 830 P. 41 LIP. 26 H.C. 108 <ul style="list-style-type: none"> ■ TALLARIN ZAURIAK TOMATEAREKIN ■ TXAHAL XERRA PLANTXAN SALTSA LEUNEAN ■ FRUTA ■ OGIA 	18 KCAL 773 P. 57 LIP. 27 H.C. 76 <ul style="list-style-type: none"> ■ IZAR ZOPA HEGAZTIAREKIN ■ INDIOILAR ERREGOSIA BARAZKIEKIN ■ AZUKREDUN JOGURT NATURALA ■ OGIA 	19 KCAL 829 P. 54 LIP. 21 H.C. 105 <ul style="list-style-type: none"> ■ GARBANTZUAK TXORIZOAREKIN ■ TXERRI SOLOMO FRESKOA PLANTXAN SALTSA LEUNEAN ■ FRUTA ■ OGIA
22 KCAL 896 P. 53 LIP. 26 H.C. 113 <ul style="list-style-type: none"> ■ MAKARROI ZURIAK TOMATEAREKIN ■ OILASKO IZTAR ERREA BARAZKIEKIN ■ FRUTA ■ OGIA 	23 KCAL 963 P. 49 LIP. 39 H.C. 105 <ul style="list-style-type: none"> ■ INDABA GORRIAK BARAZKIEKIN ■ BURUALDEKO TXERRI XERRA PLANTXAN SALTSA LEUNEAN ■ GREZIAR JOGURTA ■ OGIA 	24 KCAL 781 P. 48 LIP. 22 H.C. 95 <ul style="list-style-type: none"> ■ PORRUSALDA ■ OILASKO ERREGOSIA BARAZKIEKIN ■ FRUTA ■ OGIA 	25 KCAL 787 P. 52 LIP. 34 H.C. 69 <ul style="list-style-type: none"> ■ LEKA SUEZTITUAK ■ TXAHAL GUISATUA BARAZKI SALTSA ■ ZAPOREDUN JOGURTA ■ OGIA 	26 KCAL 802 P. 41 LIP. 21 H.C. 118 <ul style="list-style-type: none"> ■ ARROZ ZURIA BARAZKIEKIN ■ OILASKO BULARKI ARRAUTZAZTATUAK LIZ ENTSALADAREKIN ■ FRUTA ■ OGIA
29 KCAL 827 P. 27 LIP. 29 H.C. 117 <ul style="list-style-type: none"> ■ FIDEO ZOPA HEGAZTIAREKIN ■ SAN JAKOBOA LETXUGAREKIN ■ FRUTA ■ OGIA 	30 KCAL 854 P. 62 LIP. 23 H.C. 100 <ul style="list-style-type: none"> ■ DILISTAK BARAZKIEKIN ■ OILASKO IZTAR ERREA BARRENGORRI ETA PATATEKIN ■ ZAPOREDUN JOGURTA ■ OGIA 	31 KCAL 967 P. 53 LIP. 31 H.C. 125 <ul style="list-style-type: none"> ■ ARROZ ZURIA TOMATEAREKIN ■ TXAHAL OKELA ERREGOSIA BARAZKIEKIN SALTSA ■ FRUTA ■ OGIA 		

OHARRA: SALDA ETA ONGARRIRIK GABE.