



ASTELEHENA / LUNES				ASTEARTEA / MARTES				ASTEAZKENA / MIERCOLES				OSTEGUNA / JUEVES				OSTIRALA / VIERNES			
																<b>1</b> Kcal 672 HC 83 Lip 18 Prot 49  <b>Patatak saltsa berdean</b> <b>Indioilar gisatua jardinerara</b> <b>Fruta freskoa</b> Patatas en salsa verde Pavo guisado a la jardinerera Fruta fresca  <b>Entsalada - Arraina - Esnekia</b> Ensalada - Pescado - Lácteo			
<b>4</b> Kcal 892 HC 90 Lip 50 Prot 22				<b>5</b> Kcal 781 HC 97 Lip 26 Prot 44				<b>6</b> Kcal 720 HC 73 Lip 27 Prot 52				<b>7</b> Kcal 714 HC 86 Lip 25 Prot 37				<b>8</b> Kcal 960 HC 108 Lip 43 Prot 39			
<b>Bertako kui krema</b> <b>Haragi bolak entsaladarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Crema de calabaza local Albondigas con ensalada Fruta fresca				<b>Indaba gorriak bertako barazkiekin</b> <b>Legatz arrautzatzatua mahonesarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Alubias rojas con verduras locales Merluza a la romana con mahonesa Fruta fresca				<b>Patatak errioxar erara</b> <b>Txahal gisatua txanpiñoi eta azenarioekin</b> <b>Gazta txikia "la vaca que rie"</b> Patatas a la riojana Guisado de ternera con zanahoria y champiñon Quesitos la vaca que rie				<b>Dilistak bertako barazkiekin</b> <b>Arrautz frijituak patata frijituarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Lentejas con verduras locales Huevos fritos con patatas fritas Fruta fresca				<b>Haragizko paella</b> <b>Salmonada amuarraina fresku entsaladarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Paella de carne Trucha asalmonada fresca con ensalada Fruta fresca			
<b>Arroza - Arraina - Yogurra</b> Arroz - Pescado - Yogur				<b>Krema - Hegazti - Esnekia</b> Crema - Ave - Lácteo				<b>Entsalada - Arraina - Fruta</b> Ensalada - Pescado - Fruta				<b>Pasta - Haragi - Yogurra</b> Pasta - Carne - Yogur				<b>Barazki - Arrautz - Yogurra</b> Verdura - Huevo - Yogur			
<b>11</b> Kcal 763 HC 89 Lip 33 Prot 21				<b>12</b> Kcal 731 HC 99 Lip 21 Prot 41				<b>13</b> Kcal 716 HC 71 Lip 25 Prot 55				<b>14</b>				<b>15</b>			
<b>Barazki menestra</b> <b>Urdalazpiko krocketak entsaladarekin</b> <b>Jogurra</b> Menestra de verduras Croquetas de jamon con ensalada Yogur				<b>Indaba zuriak odolostearekin</b> <b>Legatza errioxar erara</b> <b>Fruta freskoa</b> Cocido de alubias blancas Merluza a la riojana Fruta fresca				<b>Bertako barazki krema ogi txigortuarekin</b> <b>Oilasko izterra entsaladarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Crema de verduras locales con picatostes Muslo de pollo con ensalada Fruta fresca				JAIA  FIESTA				JAIA  FIESTA			
<b>Pasta - Arraina - Fruta</b> Pasta - Pescado - Fruta				<b>Zopa - Haragi - Yogurra</b> Sopa - Carne - Yogur				<b>Arroza - Arrautz - Yogurra</b> Arroz - Huevo - Yogur											
<b>18</b>				<b>19</b>				<b>20</b>				<b>21</b>				<b>22</b>			
JAIA  FIESTA				JAIA  FIESTA				JAIA  FIESTA				JAIA  FIESTA				JAIA  FIESTA			
<b>25</b> Kcal 746 HC 72 Lip 33 Prot 37				<b>26</b> Kcal 750 HC 110 Lip 20 Prot 36				<b>27</b> Kcal 823 HC 87 Lip 36 Prot 41				<b>28</b> Kcal 704 HC 82 Lip 25 Prot 40				<b>29</b> Kcal 788 HC 152 Lip 8 Prot 32			
<b>Lekak patatekin</b> <b>Txahal 100% hanburguesa piperrak gorriekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Vainas con patatas Hamburguesa 100% ternera con pimientos rojos Fruta fresca				<b>Espagetiak tomatearekin</b> <b>Legatza saltsa berdean</b> <b>Fruta freskoa</b> Espaguetis con tomate Merluza en salsa verde Fruta fresca				<b>Garbantuak bertako barazkiekin</b> <b>Legatza saltsa berdean</b> <b>Atun tortilla frantsesa entsaladarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Garbanzos con verduras locales Tortilla francesa de atun con ensalada Fruta fresca				<b>Porru eta espinaka krema ogi integrala txigortuarekin</b> <b>Bakailaoa erromatar erara entsaladarekin</b> <b>Aihoria</b> Crema de puerros y espinacas con picatostes integrales Bacalao a la romana con ensalada Natillas				<b>Dilistak bertako barazkiekin</b> <b>Barazki paella</b> <b>Fruta freskoa</b> Lentejas con verduras locales Paella vegetal Fruta fresca			
<b>Arroza - Arrautz - Esnekia</b> Arroz - Huevo - Lácteo				<b>Entsalada - Arraina - Yogurra</b> Ensalada - Pescado - Yogur				<b>Krema - Hegazti - Yogurra</b> Crema - Ave - Yogur				<b>Arroza - Haragi - Fruta</b> Arroz - Carne - Fruta				<b>Barazki - Hegazti - Esnekia</b> Verdura - Ave - Lácteo			

Gomendatutako afaria  
Cena recomendada



Animalia proteina gabeko menua  
Menú libre de proteína animal

Menu basalarekiko plater desberdina  
Plato distinto al menú basal



Bertoko menua %100ean  
Menú 100% local

OHARRA: 12 urteko umeetan oinarritutako informazio nutricionalaren kalkulua, menuan eskaintutako 40g-ko ogia barne.

NOTA INFORMATIVA: Información nutricional calculada en base a niños de 12 años, incluyendo 40 g. de pan ofrecidos con el menú.

