



Astelehena/ Lunes

4 918 Kcal. P.: 47 HC.: 100 L.: 33

- DILISTAK BARAZKIEKIN
LENTEJAS CON VERDURAS
- LEGATZ ALBONDIGAK
LIZ ENTSALADAREKIN
ALBONDIGAS DE MERLUZA
CON ENSALADA LIZ
- ZAPORE JOGURTA
YOGUR SABORES
- OGIA
PAN

Asteartea/ Martes

5 738 Kcal. P.: 17 HC.: 135 L.: 11

- LANDAKO ARROZA
ARROZ CAMPERO
- LEKAK PATATEKIN
VAINAS CON PATATAS
- DENBORALDIKO FRUTA
FRUTA DE TEMPORADA
- OGIA
PAN

Asteazkena/ Miércoles

6 742 Kcal. P.: 32 HC.: 81 L.: 30

- BARAZKI KREMA
CREMA DE VERDURAS
Y HORTALIZAS
- LEKALE ETA BARAZKIEN
NAHASKIA
REVUELTO DE LEGUMBRETA
Y VERDURITAS
- DENBORALDIKO FRUTA
FRUTA DE TEMPORADA
- OGIA
PAN

Osteguna/ Jueves

7 826 Kcal. P.: 34 HC.: 90 L.: 32

- TXITXIRIOAK BARAZKIEKIN
GARBANZOS CON VERDURA
- PATATA ARRAUTZOPILA ERA
ASKOTAKO ENTSALADAREKIN
TORTILLA DE PATATA
CON ENSALADA VARIADA
- DENBORALDIKO FRUTA
FRUTA DE TEMPORADA
- INTEGRAL OGIA
PAN INTEGRAL

Ostirala/ Viernes

8 741 Kcal. P.: 16 HC.: 105 L.: 26

- MAKARROI INTEGRALAK
TOMATEAREKIN
MACARRONES INTEGRALES
CON TOMATE
- HANBURGESA BEGETAL
PIPERREKIN
HAMBURGUESA VEGETAL
CON PIMIENTOS
- DENBORALDIKO FRUTA
FRUTA DE TEMPORADA
- INTEGRAL OGIA
PAN INTEGRAL

11 825 Kcal. P.: 35 HC.: 136 L.: 11

- ARROZA BARRENGORRIKIN
ARROZ CON CHAMPINONES
- DILISTAK
AZENARIOAREKIN
LENTEJAS
CON ZANAHORIA
- ZAPORE JOGURTA
YOGUR SABORES
- INTEGRAL OGIA
PAN INTEGRAL

12 805 Kcal. P.: 36 HC.: 74 L.: 38

- PATATAK PROVENTZAL ERARA
PATATAS A LA PROVENZAL
- IZOKIN LABEAN EGINDA ERA
ASKOTAKO ENTSALADAREKIN
SALMON AL HORNO
CON ENSALADA VARIADA
- DENBORALDIKO FRUTA
FRUTA DE TEMPORADA
- INTEGRAL OGIA
PAN INTEGRAL

13 718 Kcal. P.: 28 HC.: 82 L.: 28

- BILBOKO ERARA ILARRAK
GUISANTES A LA BILBAINA
- PATATA ARRAUTZOPILA
4 URTARO ENTSALADAREKIN
TORTILLA DE PATATA
CON ENSALADA 4 ESTACIONES
- DENBORALDIKO FRUTA
FRUTA DE TEMPORADA
- OGIA
PAN

14 775 Kcal. P.: 37 HC.: 81 L.: 29

- BABARRUN PINTAK
ARROZA INTEGRALAREKIN
ALUBIAS PINTAS
CON ARROZ INTEGRAL
- ARRAUTZ EGOSIAK ATUNA
ETA MAHONESAREKIN
HUEVOS COCIDOS CON ATUN
Y MAYONESA
- DENBORALDIKO FRUTA
FRUTA DE TEMPORADA
- OGIA
PAN

15 765 Kcal. P.: 30 HC.: 103 L.: 24

- MAKARROI AK TOMATEAREKIN
ETA OREGANO
MACARRONES CON TOMATE
Y OREGANO
- LEGATZA LABEAN EGINDA
LIZ ENTSALADAREKIN
MERLUZA AL HORNO
CON ENSALADA LIZ
- DENBORALDIKO FRUTA
FRUTA DE TEMPORADA
- OGIA
PAN

18 810 Kcal. P.: 20 HC.: 86 L.: 40

- BARAZKI MENESTRA
MENESTRA DE VERDURAS
- ZIAZERBA KROKETAK
LIZ ENTSALADAREKIN
CROQUETAS DE ESPINACAS
CON ENSALADA LIZ
- ZAPORE JOGURTA
YOGUR SABORES
- INTEGRAL OGIA
PAN INTEGRAL

19 682 Kcal. P.: 27 HC.: 89 L.: 22

- ESPIRAL INTEGRALAK
TOMATEAREKIN
ESPIRALES INTEGRALES
CON TOMATE
- LEGATZA LABEAN EGINDA
4 URTARO ENTSALADAREKIN
MERLUZA AL HORNO CON
ENSALADA 4 ESTACIONES
- DENBORALDIKO FRUTA
FRUTA DE TEMPORADA
- INTEGRAL OGIA
PAN INTEGRAL

20 685 Kcal. P.: 33 HC.: 79 L.: 21

- BABARRUN ZURIAK
BARAZKIEKIN
ALUBIAS BLANCAS
CON VERDURA
- ARRAUTZOPIL FRANTSESA
PIPERREKIN
TORTILLA FRANCESA
CON PIMIENTOS
- DENBORALDIKO FRUTA
FRUTA DE TEMPORADA
- OGIA
PAN

21 795 Kcal. P.: 24 HC.: 144 L.: 10

- ARROZA PAELLAN
BEGETALEAN
ARROZ EN PAELLA VEGETAL
- TXITXIRIOAK GISATUAK
GARBANZOS
GUISADOS
- DENBORALDIKO FRUTA
FRUTA DE TEMPORADA
- OGIA
PAN

22 759 Kcal. P.: 22 HC.: 79 L.: 37

- BARAZKI PUREA
PURE DE VERDURAS
- PATATA ARRAUTZOPILA ERA
ASKOTAKO ENTSALADAREKIN
TORTILLA DE PATATA
CON ENSALADA VARIADA
- DENBORALDIKO FRUTA
FRUTA DE TEMPORADA
- OGIA
PAN

25 795 Kcal. P.: 22 HC.: 102 L.: 31

- BARAZKI ZOPA
SOPA DE VERDURAS
- HANBURGESA BEGETAL
LOREZAINERA
HAMBURGUESA VEGETAL
A LA JARDINERA
- ZAPORE JOGURTA
YOGUR SABORES
- OGIA
PAN

26 809 Kcal. P.: 30 HC.: 143 L.: 7

- ARROZA KUIAREKIN
ETA KALABAZINAREKIN
ARROZ CON CALABAZA
Y CALABACIN
- BABARRUN PINTAK
BARAZKIAREKIN
ALUBIAS PINTAS
CON VERDURA
- DENBORALDIKO FRUTA
FRUTA DE TEMPORADA
- OGIA
PAN

27 821 Kcal. P.: 44 HC.: 71 L.: 36

- DILISTAK ARROZA
INTEGRALAREKIN
LENTEJAS CON
ARROZ INTEGRAL
- ARRAIN FRESKOA LABEAN
EGINDA LIZ ENTSALADAREKIN
PESCADO FRESCO AL HORNO
CON ENSALADA LIZ
- DENBORALDIKO FRUTA
FRUTA DE TEMPORADA
- INTEGRAL OGIA
PAN INTEGRAL

28 737 Kcal. P.: 20 HC.: 76 L.: 37

- AZENARIO ETA KUIA KREMA
CREMA DE ZANAHORIA
Y CALABAZA
- PATATA ARRAUTZOPILA ERA
ASKOTAKO ENTSALADAREKIN
TORTILLA DE PATATA
CON ENSALADA VARIADA
- DENBORALDIKO FRUTA
FRUTA DE TEMPORADA
- OGIA
PAN

29 787 Kcal. P.: 29 HC.: 98 L.: 29

- MAKARROI AK NAPOLITANA
MACARRONES NAPOLITANA
- ARRAUTZ EGOSIAK
SALSA BERDEAN
HUEVOS COCIDOS
EN SALSA VERDE
- DENBORALDIKO FRUTA
FRUTA DE TEMPORADA
- INTEGRAL OGIA
PAN INTEGRAL