




















# iraila - septiembre 2023

ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
				<b>1</b>  EZ DAGO MENURIK  NO HAY MENU
<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>
EZ DAGO MENURIK  NO HAY MENU	EZ DAGO MENURIK  NO HAY MENU	EZ DAGO MENURIK  NO HAY MENU	EZ DAGO MENURIK  NO HAY MENU	EZ DAGO MENURIK  NO HAY MENU
<b>11</b> Kcal 670 HC 119 Lip 11 Prot 28	<b>12</b> Kcal 771 HC 124 Lip 18 Prot 35	<b>13</b> Kcal 628 HC 75 Lip 20 Prot 39	<b>14</b> Kcal 748 HC 98 Lip 22 Prot 42	<b>15</b> Kcal 566 HC 72 Lip 17 Prot 35
<b>Arroza tomatearekin</b> <b>Legatza barazkiekin</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Arroz con tomate Merluza con verduritas Fruta de temporada	<b>Indaba zuriak bertako barazkiekin</b> <b>Patata-entsalada</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Alubias blancas con verduras locales Ensalada de patata Fruta de temporada	<b>Porrusalda</b> <b>Oilasko-bularkia txanpinoiekin</b> <b>Jogurta</b> Purrusalda Pechuga de pollo con champiñones Yogur	<b>Garbantzuak bertako barazkiekin</b> <b>Limanda arrautzaztatua entsaladarekin</b> <b>Anana bere zukuian</b> Garbanzos con verduras locales Limanda rebozada con ensalada Piña en su jugo	<b>Bertako barazki-krema</b> <b>Haragi gisatua</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Crema de verduras locales Carne guisada Fruta de temporada
<b>Barazki - Haragi - Yogurra</b> Verdura - Carne - Yogur	<b>Krema - Arraina - Yogurra</b> Crema - Pescado - Yogur	<b>Pasta - Arraultz - Fruta</b> Pasta - Huevo - Fruta	<b>Barazki - Hegazti - Yogurra</b> Verdura - Ave - Yogur	<b>Entsalada - Arraina - Esnekia</b> Ensalada - Pescado - Lácteo
<b>18</b> Kcal 769 HC 100 Lip 24 Prot 40	<b>19</b> Kcal 736 HC 93 Lip 20 Prot 44	<b>20</b> Kcal 742 HC 64 Lip 28 Prot 61	<b>21</b> Kcal 647 HC 85 Lip 20 Prot 35	<b>22</b> Kcal 748 HC 93 Lip 22 Prot 49
<b>Dilistak bertako barazkiekin</b> <b>Patata eta txorizo tortila entsaladarekin</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Lentejas con verduras locales Tortilla de patata y chorizo con ensalada Fruta de temporada	<b>Lekak patatekin</b> <b>Hegalaburra tomatearekin</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Vainas con patatas Atun en salsa de tomate Fruta de temporada	<b>Hegazti-zopa fideoekin</b> <b>Oilasko-izterra entsaladarekin</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Sopa de ave con fideos Muslo de pollo con ensalada Fruta de temporada	<b>Makarroiak tomatearekin</b> <b>Legatza labeen okin patatekin</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Macarrones con tomate Merluza al horno con panadera Fruta de temporada	<b>Babarrun gorriak barazkiekin</b> <b>Txahal-xerra piper gorriekin</b> <b>Jogurta</b> Alubias rojas con verduras Filete de ternera con pimientos rojos Yogur
<b>Barazki - Arraina - Esnekia</b> Verdura - Pescado - Lácteo	<b>Arroza - Haragi - Yogurra</b> Arroz - Carne - Yogur	<b>Entsalada - Arraultz - Yogurra</b> Ensalada - Huevo - Yogur	<b>Barazki - Hegazti - Yogurra</b> Verdura - Ave - Yogur	<b>Zopa - Arraina - Fruta</b> Sopa - Pescado - Fruta
<b>25</b> Kcal 844 HC 95 Lip 32 Prot 48	<b>26</b> Kcal 982 HC 119 Lip 35 Prot 53	<b>27</b> Kcal 935 HC 99 Lip 46 Prot 34	<b>28</b> Kcal 924 HC 73 Lip 56 Prot 34	<b>29</b> Kcal 669 HC 94 Lip 16 Prot 41
<b>Ilarrak arrautzarekin</b> <b>Limanda arrautzaztatua maionesarekin</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Guisantes con huevo Limanda a la romana con mahonesa Fruta de temporada	<b>Bolognesa barraskiloak</b> <b>Txerri-txuleta labeen piper gorriekin</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Caracollitos bolognesa Chuleta de cerdo al horno con pimientos rojos Fruta de temporada	<b>Garbantzuak bertako barazkiekin</b> <b>Albondigak barazki-saltsan</b> <b>Anana bere zukuian</b> Garbanzos con verduras locales Albondigas en salsa de verduras Piña en su jugo	<b>Kalabazin krema</b> <b>Odolkia errioxako erara</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Crema de calabacin Morcilla a la riojana Fruta de temporada	<b>Babarrun zuriak barazkiekin</b> <b>Legatza barazkiekin</b> <b>Jogurta</b> Alubias blancas con verduras Merluza con verduritas Yogur
<b>Krema - Arraultz - Yogurra</b> Crema - Huevo - Yogur	<b>Barazki - Arraultz - Yogurra</b> Verdura - Huevo - Yogur	<b>Zopa - Hegazti - Yogurra</b> Sopa - Ave - Yogur	<b>Patata - Arraina - Esnekia</b> Patata - Pescado - Lácteo	<b>Entsalada - Haragi - Fruta</b> Ensalada - Carne - Fruta





ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
<p><b>2</b> Kcal 775 HC 104 Lip 28 Prot 29</p> <p> </p> <p><b>Dilistak bertako barazkiekin San jakoboa entsaladarekin Fruta sasoikoa</b> Lentejas con verduras locales San jacobito con ensalada Fruta de temporada</p>	<p><b>3</b> Kcal 807 HC 90 Lip 30 Prot 46</p> <p><b>Brokolia patatekin Bakailaoa saltsan Fruta sasoikoa</b> Brocoli con patatas Bacalao en salsa Fruta de temporada</p>	<p><b>4</b> Kcal 754 HC 122 Lip 21 Prot 25</p> <p></p> <p><b>Arroza integrala bertoko barazkiekin Patata eta arraultz entsalada Fruta sasoikoa</b> Arroz integral con verduras locales Ensalada de patata y huevo cocido Fruta de temporada</p>	<p><b>5</b> Kcal 1087 HC 102 Lip 51 Prot 60</p> <p></p> <p><b>Cuscusa bertako barazkiekin Oilasko-izterra entsaladarekin Etxeko natillak</b> Cuscus con verduras locales Muslo de pollo con ensalada Natillas caseras</p>	<p><b>6</b> Kcal 672 HC 95 Lip 17 Prot 39</p> <p></p> <p><b>Garbantzuak kalabazarekin Legatza barazkiekin Fruta sasoikoa</b> Garbanzos con calabaza Merluza con verduritas Fruta de temporada</p>
<p><b>Barazki - Arraina - Yogurra</b> Verdura - Pescado - Yogur</p>	<p><b>Zopa - Arraultz - Fruta</b> Sopa - Huevo - Fruta</p>	<p><b>Krema - Hegazti - Esnekia</b> Crema - Ave - Lácteo</p>	<p><b>Patata - Arraina - Fruta</b> Patata - Pescado - Fruta</p>	<p><b>Entsalada - Haragi - Yogurra</b> Ensalada - Carne - Yogur</p>
<p><b>9</b> Kcal 661 HC 98 Lip 13 Prot 43</p> <p> </p> <p><b>Makarroiak tomatearekin Oilasko-bularkia piper gorriekin Fruta sasoikoa</b> Macarrones con tomate Pechuga de pollo con pimientos rojos Fruta de temporada</p>	<p><b>10</b> Kcal 804 HC 89 Lip 33 Prot 41</p> <p><b>Indaba gorriak bertako barazkiekin Tortila frantsesa hegalabur eta entsaladarekin Fruta sasoikoa</b> Alubias rojas con verduras locales Tortilla francesa de atun con ensalada Fruta de temporada</p>	<p><b>11</b> Kcal 630 HC 78 Lip 22 Prot 32</p> <p> </p> <p><b>Porrusalda Limanda arrautzatzatua entsaladarekin Fruta sasoikoa</b> Porrusalda Limanda a la romana con ensalada Fruta de temporada</p>	<p><b>12</b></p> <p>JAIA</p> <p>FIESTA</p>	<p><b>13</b></p> <p>JAIA</p> <p>FIESTA</p>
<p><b>Arroza - Arraina - Fruta</b> Arroz - Pescado - Fruta</p>	<p><b>Pasta - Arraina - Yogurra</b> Pasta - Pescado - Yogur</p>	<p><b>Krema - Haragi - Yogurra</b> Crema - Carne - Yogur</p>		
<p><b>16</b> Kcal 903 HC 121 Lip 22 Prot 59</p> <p></p> <p><b>Ilarrak arraultzarekin Hegalaburra tomatearekin Jogurra</b> Guisantes con huevo Atun en salsa de tomate Yogur</p>	<p><b>17</b> Kcal 748 HC 104 Lip 19 Prot 44</p> <p><b>Makarroi integralak italiar erara Haragi gisatua Fruta sasoikoa</b> Macarrones integrales italiana Carne guisada Fruta de temporada</p>	<p><b>18</b> Kcal 817 HC 103 Lip 24 Prot 52</p> <p></p> <p><b>Dilista erregosiak Txahal biribilkia entsaladarekin Fruta sasoikoa</b> Lentejas estofadas Redondo de ternera con ensalada Fruta de temporada</p>	<p><b>19</b> Kcal 504 HC 108 Lip 5 Prot 12</p> <p><b>Barazki-paella Txerri-giarra piper gorriekin Fruta sasoikoa</b> Paella vegetal Guiarra de cerdo con pimientos rojos Fruta de temporada</p>	<p><b>20</b> Kcal 608 HC 74 Lip 23 Prot 30</p> <p> </p> <p><b>Bertako barazki-krema Legatza arrautzatzatua entsaladarekin Fruta sasoikoa</b> Crema de verduras locales Merluza a la romana con ensalada Fruta de temporada</p>
<p><b>Entsalada - Arraultz - Yogurra</b> Ensalada - Huevo - Yogur</p>	<p><b>Krema - Hegazti - Yogurra</b> Crema - Ave - Yogur</p>	<p><b>Patata - Arraina - Fruta</b> Patata - Pescado - Fruta</p>	<p><b>Barazki - Arraultz - Yogurra</b> Verdura - Huevo - Yogur</p>	<p><b>Zopa - Haragi - Esnekia</b> Sopa - Carne - Lácteo</p>
<p><b>23</b> Kcal 763 HC 87 Lip 27 Prot 42</p> <p> </p> <p><b>Lekak patatekin Solomo ontzutua patata txipekin Fruta sasoikoa</b> Vainas con patatas Lomo adobado con patatas chips Fruta de temporada</p>	<p><b>24</b> Kcal 675 HC 75 Lip 20 Prot 51</p> <p><b>Hegazti-zopa fideoekin Bakailaoa marinela saltsan Jogurra</b> Sopa de ave con fideos Bacalao en salsa marinera Yogur</p>	<p><b>25</b> Kcal 951 HC 104 Lip 44 Prot 37</p> <p><b>Indaba zuriak bertako barazkiekin Haragi bolak piper gorriekin Fruta sasoikoa</b> Alubias blancas con verduras locales Albondigas con pimientos rojos Fruta de temporada</p>	<p><b>26</b> Kcal 633 HC 68 Lip 30 Prot 26</p> <p></p> <p><b>Kalabazin kremak Tortila frantsesa york urdaiazpiko eta entsaladarekin Fruta sasoikoa</b> Crema de calabacin Tortilla francesa con jamon york y ensalada Fruta de temporada</p>	<p><b>27</b> Kcal 688 HC 85 Lip 24 Prot 35</p> <p><b>Pasta-entsalada Palometa tomate saltsan Fruta sasoikoa</b> Ensalada de pasta Palometa en salsa de tomate Fruta de temporada</p>
<p><b>Barazki - Arraina - Esnekia</b> Verdura - Pescado - Lácteo</p>	<p><b>Zopa - Haragi - Yogurra</b> Sopa - Carne - Yogur</p>	<p><b>Barazki - Hegazti - Yogurra</b> Verdura - Ave - Yogur</p>	<p><b>Krema - Arraina - Yogurra</b> Crema - Pescado - Yogur</p>	<p><b>Arroza - Arraultz - Fruta</b> Arroz - Huevo - Fruta</p>
<p><b>30</b> Kcal 829 HC 97 Lip 28 Prot 48</p> <p></p> <p><b>Dilistak barazkiekin Limanda saltsa berdean Fruta sasoikoa</b> Lentejas con verduras Limanda en salsa verde Fruta de temporada</p>	<p><b>31</b> Kcal 661 HC 82 Lip 21 Prot 38</p> <p><b>Brokolia patatekin Oilasko-hegalak entsaladarekin Fruta sasoikoa</b> Brocoli con patatas Alitas de pollo con ensalada Fruta de temporada</p>			
<p><b>Barazki - Haragi - Yogurra</b> Verdura - Carne - Yogur</p>	<p><b>Pasta - Arraina - Fruta</b> Pasta - Pescado - Fruta</p>			





ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
		<b>1</b>	<b>2</b> Kcal 887 HC 141 Lip 29 Prot 21	<b>3</b> Kcal 799 HC 106 Lip 24 Prot 43
	JAIA  FIESTA		 <b>Arroza integrala tomatearekin</b> <b>Urdaiazpiko krocketak</b> <b>entsaladarekin</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Arroz integral con tomate Croquetas de jamon con ensalada Fruta de temporada	<b>Garbantzu erregosiak</b> <b>Legatza errioxar erara</b> <b>Arroz-esnea</b> Garbanzos estofados Merluza a la riojana Arroz con leche
			<b>Krema - Arraultz - Yogurra</b> Crema - Huevo - Yogur	<b>Zopa - Haragi - Yogurra</b> Sopa - Carne - Yogur
<b>6</b> Kcal 633 HC 104 Lip 12 Prot 32	<b>7</b> Kcal 787 HC 109 Lip 26 Prot 34	<b>8</b> Kcal 686 HC 80 Lip 26 Prot 37	<b>9</b> Kcal 901 HC 144 Lip 23 Prot 31	<b>10</b> Kcal 746 HC 72 Lip 34 Prot 35
 <b>Makarroi integralak tomatekin</b> <b>Legatza barazkiekin</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Macarrones integrales con tomate Merluza con verduritas Fruta de temporada	 <b>Indaba gorriak bertako barazkiekin</b> <b>Patata tortila entsaladarekin</b> <b>Jogurta</b> Alubias rojas con verduras locales Tortilla de patata con ensalada Yogur	 <b>Porrusalda</b> <b>Txahal-xerra entsaladarekin</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Purrusalda Filete de ternera con ensalada Fruta de temporada	 <b>Dilistak bertako barazkiekin</b> <b>Arroz-entsalada</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Lentejas con verduras locales Ensalada de arroz Fruta de temporada	 <b>Ziazerba-krema</b> <b>Bakailaoa saltsan</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Crema de espinacas Bacalao en salsa Fruta de temporada
<b>Zopa - Arraina - Yogurra</b> Sopa - Pescado - Yogur	<b>Entsalada - Arraultz - Yogurra</b> Ensalada - Huevo - Yogur	<b>Krema - Haragi - Yogurra</b> Crema - Carne - Yogur	<b>Pasta - Arraultz - Fruta</b> Pasta - Huevo - Fruta	<b>Barazki - Haragi - Yogurra</b> Verdura - Carne - Yogur
<b>13</b> Kcal 617 HC 80 Lip 10 Prot 52	<b>14</b> Kcal 726 HC 64 Lip 34 Prot 38	<b>15</b> Kcal 752 HC 71 Lip 38 Prot 32	<b>16</b> Kcal 771 HC 93 Lip 25 Prot 47	<b>17</b> Kcal 730 HC 115 Lip 18 Prot 31
 <b>Dilistak bertako barazkiekin</b> <b>Oilasko-bularkia piper gorriekin</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Lentejas con verduras locales Pechuga de pollo con pimientos rojos Fruta de temporada	 <b>Lekak patatekin</b> <b>Izokina labean aliolirekin</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Vainas con patatas Salmon al horno con alioli Fruta de temporada	<b>Hegazti-zopa fideoekin</b> <b>Hanburgesa ketchup-arekin</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Sopa de ave con fideos Hamburguesa con ketchup Fruta de temporada	 <b>Babarrun zuriak bertako kalabazarekin</b> <b>Limanda arrautzaztatua entsaladarekin</b> <b>Jogurta</b> Alubias blancas con calabaza local Limanda a la romana con ensalada Yogur	<b>Arroza tomatearekin</b> <b>Oilasko-hegalak entsaladarekin</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Arroz con tomate Alitas de pollo con ensalada Fruta de temporada
<b>Barazki - Haragi - Yogurra</b> Verdura - Carne - Yogur	<b>Barazki - Arraultz - Esnekia</b> Verdura - Huevo - Lácteo	<b>Pasta - Hegazti - Yogurra</b> Pasta - Ave - Yogur	<b>Krema - Arraina - Fruta</b> Crema - Pescado - Fruta	<b>Zopa - Arraina - Yogurra</b> Sopa - Pescado - Yogur
<b>20</b> Kcal 738 HC 92 Lip 17 Prot 57	<b>21</b> Kcal 590 HC 86 Lip 10 Prot 41	<b>22</b> Kcal 704 HC 67 Lip 25 Prot 55	<b>23</b> Kcal 738 HC 96 Lip 19 Prot 49	<b>24</b> Kcal 787 HC 75 Lip 39 Prot 38
<b>Ilarrak arraultzarekin</b> <b>Solomo freskoa entsaladarekin</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Guisantes con huevo Lomo fresco con ensalada Fruta de temporada	<b>Dilistak bertako barazkiekin</b> <b>Legatza barazkiekin</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Lentejas con verduras locales Merluza con verduritas Fruta de temporada	 <b>Bertako barazki-krema</b> <b>Oilasko-izterra entsaladarekin</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Crema de verduras locales Muslo de pollo con ensalada Fruta de temporada	 <b>Indaba gorriak bertako barazkiekin</b> <b>Haragi gisatua</b> <b>Jogurta</b> Alubias rojas con verduras locales Carne guisada Yogur	 <b>Pasta-entsalada</b> <b>Limanda arrautzaztatua maionesarekin</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Ensalada de pasta Limanda a la romana con mahonesa Fruta de temporada
<b>Krema - Arraultz - Yogurra</b> Crema - Huevo - Yogur	<b>Barazki - Hegazti - Yogurra</b> Verdura - Ave - Yogur	<b>Patata - Arraina - Yogurra</b> Patata - Pescado - Yogur	<b>Arroza - Arraina - Fruta</b> Arroz - Pescado - Fruta	<b>Barazki - Haragi - Yogurra</b> Verdura - Carne - Yogur
<b>27</b> Kcal 624 HC 73 Lip 20 Prot 40	<b>28</b> Kcal 892 HC 111 Lip 31 Prot 46	<b>29</b> Kcal 797 HC 109 Lip 30 Prot 28	<b>30</b> Kcal 731 HC 101 Lip 20 Prot 39	
 <b>Patatak saltsa berdean</b> <b>Legatza labean entsaladarekin</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Patatas en salsa verde Merluza al horno con ensalada Fruta de temporada	<b>Makarroiak bolognesa</b> <b>Txerri-giarra labean piper gorriekin</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Macarrones bolognesa Guiarra de cerdo al horno con pimientos rojos Fruta de temporada	 <b>Arroza integrala bertoko barazkiekin</b> <b>Tortila frantsesa txorizo eta entsaladarekin</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Arroz integral con verduras locales Tortilla francesa de chorizo con ensalada Fruta de temporada	<b>Brokolia patatekin</b> <b>Palometa tomate saltsan</b> <b>Etxeko arroz-esnea</b> Brocoli con patatas Palometa en salsa de tomate Arroz con leche casero	
<b>Krema - Arraina - Yogurra</b> Crema - Pescado - Yogur	<b>Pasta - Arraultz - Yogurra</b> Pasta - Huevo - Yogur	<b>Barazki - Haragi - Fruta</b> Verdura - Carne - Fruta	<b>Zopa - Hegazti - Fruta</b> Sopa - Ave - Fruta	







ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIÉRCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
				<b>1</b> Kcal 791 HC 122 Lip 21 Prot 34  <b>Garbantzuak bertako barazkiekin</b> <b>Patata-entsalada</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Garbanzos con verduras locales Ensalada de patata Fruta de temporada
				<b>Barazki - Arraina - Yogurra</b> Verdura - Pescado - Yogur
<b>4</b> Kcal 793 HC 95 Lip 24 Prot 53  <b>Dilista erregosiak</b> <b>Bakailaoa arrautzatzatua entsaladarekin</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Lentejas estofadas Bacalao a la romana con ensalada Fruta de temporada	<b>5</b> Kcal 1274 HC 103 Lip 80 Prot 41  <b>Cuscusa bertako barazkiekin</b> <b>Odolkia tomate-saltsarekin</b> <b>Jogurta</b> Cuscus con verduras locales Morcilla con salsa de tomate Yogur	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>
<b>Krema - Arraina - Yogurra</b> Crema - Pescado - Yogur	<b>Entsalada - Haragi - Fruta</b> Ensalada - Carne - Fruta			
<b>11</b> Kcal 745 HC 95 Lip 20 Prot 50  <b>Ilarrak arraultzarekin</b> <b>Txahal-xerra piper gorriekin</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Guisantes con huevo Filete de ternera con pimientos rojos Fruta de temporada	<b>12</b> Kcal 927 HC 97 Lip 46 Prot 35  <b>Garbantzuak bertako barazkiekin</b> <b>Albondigak barazki-saltsan</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Garbanzos con verduras locales Albondigas en salsa de verduras Fruta de temporada	<b>13</b> Kcal 705 HC 67 Lip 32 Prot 34  <b>Lekak patatekin</b> <b>Limanda arrautzatzatua maionesarekin</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Vainas con patatas Limanda a la romana con mahonesa Fruta de temporada	<b>14</b> Kcal 783 HC 98 Lip 21 Prot 55 <b>Babarrun zurien lapikokoa</b> <b>Indioilar gisatua</b> <b>entsaladarekin</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Cocido de alubias blancas Pavo guisado con ensalada Fruta de temporada	<b>15</b> Kcal 881 HC 139 Lip 20 Prot 44 <b>Barazki-paella</b> <b>Hegalaburra tomatearekin</b> <b>Jogurta</b> Paella vegetal Atun en salsa de tomate Yogur
<b>Pasta - Arraultz - Fruta</b> Pasta - Huevo - Fruta	<b>Krema - Haragi - Yogurra</b> Crema - Carne - Yogur	<b>Zopa - Arraina - Yogurra</b> Sopa - Pescado - Yogur	<b>Barazki - Arraina - Yogurra</b> Verdura - Pescado - Yogur	<b>Entsalada - Hegazti - Yogurra</b> Ensalada - Ave - Yogur
<b>18</b> Kcal 657 HC 80 Lip 15 Prot 51  <b>Dilistak bertako barazkiekin</b> <b>Oilasko-bularkia txanpinoiekin</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Lentejas con verduras locales Pechuga de pollo con champiñones Fruta de temporada	<b>19</b> Kcal 798 HC 89 Lip 31 Prot 44  <b>Patatak txorizoarekin</b> <b>Legatza saltsan</b> <b>Fruta sasoikoa</b> Patatas con chorizo Merluza en salsa Fruta de temporada	<b>20</b> Kcal 642 HC 85 Lip 25 Prot 22  <b>Bertako barazki-krema</b> <b>Patata tortila entsaladarekin</b> <b>Jogurta</b> Crema de verduras locales Tortilla de patata con ensalada Yogur	<b>21</b> Kcal 956 HC 119 Lip 44 Prot 23 <b>Hegazti-zopa fideoekin</b> <b>San jakoboa patata txipekin</b> <b>Postre berezia</b> Sopa de ave con fideos San jacob con patatas chips Postre especial	<b>22</b>
<b>Arroza - Arraina - Esnekia</b> Arroz - Pescado - Lácteo	<b>Barazki - Haragi - Yogurra</b> Verdura - Carne - Yogur	<b>Arroza - Arraina - Fruta</b> Arroz - Pescado - Fruta	<b>Barazki - Arraultz - Fruta</b> Verdura - Huevo - Fruta	
<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>
JAIA  FIESTA	JAIA  FIESTA	JAIA  FIESTA	JAIA  FIESTA	JAIA  FIESTA

