



abendua - diciembre 2024

ASTELEHENA / LUNES					ASTEARTEA / MARTES				ASTEAZKENA / MIERCOLES				OSTEGUNA / JUEVES				OSTIRALA / VIERNES							
2	Kcal	902	HC	102	3	Kcal	691	HC	97	4	Kcal	773	HC	89	5	Kcal	812	HC	120	6				
	Lip	32	Prot	55		Lip	22	Prot	27		Lip	31	Prot	38		Lip	24	Prot	35					
Dilista erregosiak Txerri-giarra labean patata frijituekin Sasoiko fruta Lentejas estofadas Guiarra de cerdo al horno con patatas fritas Fruta de temporada					Porru eta ziazerba-krema Oilasko fajita Aihoria Crema de puerros y espinacas Fajita de pollo y verduras Natillas				Indaba zuriak bertako barazkiekin Tortila frantsesa york urdaiazpiko eta entsaladarekin Sasoiko fruta Alubias blancas con verduras locales Tortilla francesa de jamon york con ensalada Fruta de temporada				Haragi-paella Legatza saltsa berdean Sasoiko fruta Paella de carne Merluza en salsa verde Fruta de temporada				JAIA FIESTA							
Krema - Arraina - Jogurta Crema - Pescado - Yogur					Pasta - Arraultz - Fruta Pasta - Huevo - Fruta				Patata - Arraina - Esnekia Patata - Pescado - Lácteo				Barazki - Hegazti - Esnekia Verdura - Ave - Lácteo											
9	Kcal	851	HC	126	10	Kcal	873	HC	99	11	Kcal	697	HC	76	12	Kcal	787	HC	93	13	Kcal	781	HC	92
	Lip	30	Prot	25		Lip	32	Prot	51		Lip	25	Prot	46		Lip	33	Prot	34		Lip	21	Prot	37
Makarroiak tomatearekin Urdaiazpiko krocketak entsaladarekin Sasoiko fruta Macarrones con tomate Croquetas de jamon con ensalada Fruta de temporada					Dilistak arrozarekin Izokina labean entsaladarekin Sasoiko fruta Lentejas con arroz Salmon al horno con ensalada Fruta de temporada				Barazki-krema Txahal-gisatua barazki-saltsan Jogurta Crema de verduras Guisado de ternera en salsa de verduras Yogur				Garbantzuk bertako barazkiekin Arrautza frijituak patata frijituekin Sasoiko fruta Garbanzos con verduras locales Huevos fritos con patatas fritas Fruta de temporada				Hegazt-zopa fideo integralekin Xerra errusiarr txanpinoiekin Sasoiko fruta Sopa de ave con fideos integrales Filete ruso con champiñones Fruta de temporada							
Zopa - Arraina - Jogurta Sopa - Pescado - Yogur					Krema - Haragi - Jogurta Crema - Carne - Yogur				Pasta - Arraultz - Fruta Pasta - Huevo - Fruta				Barazki - Arraina - Jogurta Verdura - Pescado - Yogur				Entsalada - Hegazti - Jogurta Ensalada - Ave - Yogur							
16	Kcal	725	HC	70	17	Kcal	803	HC	96	18	Kcal	892	HC	126	19	Kcal	784	HC	116	20	Kcal	825	HC	111
	Lip	22	Prot	60		Lip	28	Prot	46		Lip	29	Prot	37		Lip	23	Prot	33		Lip	37	Prot	15
Barazki-menestra Oilasko-izterra jardinera erara Esnekia Menestra de verduras Muslo de pollo a la jardinera Lácteo					Babarrun gorrien lapikokoa Izokina meniere erara Sasoiko fruta Cocido de alubias rojas Salmon meniere Fruta de temporada				Barraskiloak italiar erara Patata tortila entsaladarekin Sasoiko fruta Caracolillos italiana Tortilla de patata con ensalada Fruta de temporada				Arroza integrala bertoko barazkiekin Abadira arrautzatzatua maionesarekin Sasoiko fruta Arroz integral con verduras locales Abadejo a la romana con mahonesa Fruta de temporada				Porrusalda crema San jakoboa entsaladarekin Postre berezia Crema de purrusalda San jacob con ensalada Postre especial							
Arroza - Arraina - Fruta Arroz - Pescado - Fruta					Patata - Haragi - Esnekia Patata - Carne - Lácteo				Barazki - Arraina - Jogurta Verdura - Pescado - Yogur				Krema - Hegazti - Esnekia Crema - Ave - Lácteo				Pasta - Arraultz - Jogurta Pasta - Huevo - Yogur							