



apirila - abril 2024



ASTELEHENA / LUNES					ASTEARTEA / MARTES				ASTEAZKENA / MIERCOLES				OSTEGUNA / JUEVES				OSTIRALA / VIERNES								
1					2	Kcal 721	HC 95			3	Kcal 718	HC 124			4	Kcal 654	HC 78			5	Kcal 772	HC 77			
						Lip 17	Prot 47				Lip 14	Prot 28				Lip 21	Prot 42				Lip 35	Prot 40			
JAIA					JAIA					JAIA					JAIA						JAIA				
FIESTA					FIESTA					FIESTA					FIESTA						FIESTA				
8	Kcal 805	HC 104			9	Kcal 912	HC 63			10	Kcal 666	HC 89			11	Kcal 715	HC 79			12	Kcal 780	HC 99			
	Lip 31	Prot 32				Lip 57	Prot 39				Lip 16	Prot 45				Lip 27	Prot 40				Lip 26	Prot 41			
	Makarroiak italiar erara Arrautza frijituak patata frijituekin Sasoiko fruta Macarrones italiana Huevos fritos con patatas fritas Fruta de temporada					Brócoli Txerri-solomoa labean azenario eta txanpinoiekin Denboraldiko fruta Brokolia Lomo de cerdo al horno con zanahoria y champiñon Fruta de temporada					Indaba gorriak bertako barazkiekin Legatza labean entsaladarekin Sasoiko fruta Alubias rojas con verduras locales Merluza al horno con ensalada Fruta de temporada					Porrusalda krema Odoikia errioxako erara Esnekia Crema de porusalda Morcilla a la riojana Lacteo					Garbantuak bertako kalabazarekin Abadira arrautzatzatua entsaladarekin Sasoiko fruta Garbanzos con calabaza local Abadejo a la romana con ensalada Fruta de temporada				
Krema - Hegazti - Jogurta Crema - Ave - Yogur					Pasta - Arraina - Jogurta Pasta - Pescado - Yogur					Barazki - Arrautz - Jogurta Verdura - Huevo - Yogur					Patata - Arraina - Fruta Patata - Pescado - Fruta						Zopa - Haragi - Esnekia Sopa - Carne - Lácteo				
15	Kcal 657	HC 80			16	Kcal 794	HC 98			17	Kcal 727	HC 80			18	Kcal 835	HC 77			19	Kcal 749	HC 96			
	Lip 15	Prot 51				Lip 32	Prot 34				Lip 30	Prot 38				Lip 44	Prot 33				Lip 32	Prot 21			
	Dilistak bertako barazkiekin Oilasko-bularkia jardinerara Sasoiko fruta Lentejas con verduras locales Pechuga de pollo a la jardinera Fruta de temporada					Barraskiloak tomatearekin Patata tortila hegalabur eta entsaladarekin Sasoiko fruta Caracollitos con tomate Tortilla de patata de atun con ensalada Fruta de temporada					Patatak errioxar erara Izokina saltsa berdean Sasoiko fruta Patatas a la riojana Salmon en salsa verde Fruta de temporada					Hegazti-zopa fideo integralekin Behi- eta txerri-hanburgesa patata frijituekin Sasoiko fruta Sopa de ave con fideos integrales Hamburguesa de vacuno y cerdo con patatas fritas Fruta de temporada					Bertako kalabaza-krema Urdaiazpiko krocketak entsaladarekin Esnekia Crema de calabaza local Croquetas de jamon con ensalada Lacteo				
Entsalada - Arraina - Jogurta Ensalada - Pescado - Yogur					Krema - Hegazti - Esnekia Crema - Ave - Lácteo					Krema - Haragi - Jogurta Crema - Carne - Yogur					Barazki - Arraina - Jogurta Verdura - Pescado - Yogur						Patata - Arrautz - Fruta Patata - Huevo - Fruta				
22	Kcal 818	HC 65			23	Kcal 783	HC 106			24	Kcal 878	HC 114			25	Kcal 765	HC 100			26	Kcal 697	HC 76			
	Lip 49	Prot 29				Lip 26	Prot 36				Lip 23	Prot 59				Lip 22	Prot 45				Lip 25	Prot 46			
	Barazki-menestra Hegazti-saltxitxa freskoak entsaladarekin Sasoiko fruta Menestra de verduras Salchichas frescas de ave con ensalada Fruta de temporada					Dilista erregosiak Patata tortila entsaladarekin Sasoiko fruta Lentejas estofadas Tortilla de patata con ensalada Fruta de temporada					Haragi-paella integrala Oilasko-izterra lekekin Sasoiko fruta Paella integral de carne Muslo de pollo con judias verdes Fruta de temporada					Indaba zuriak bertako barazkiekin Bakailaoa arrautzatzatua piper gorriekin Sasoiko fruta Alubias blancas con verduras locales Bacalao a la romana con pimientos rojos Fruta de temporada					Barazki-krema Txahal-gisatua barazki-saltsan Esnekia Crema de verduras Guisado de ternera en salsa de verduras Lacteo				
Zopa - Arraina - Esnekia Sopa - Pescado - Lácteo					Entsalada - Haragi - Jogurta Ensalada - Carne - Yogur					Barazki - Arrautz - Jogurta Verdura - Huevo - Yogur					Krema - Arraina - Jogurta Crema - Pescado - Yogur						Arroza - Arrautz - Fruta Arroz - Huevo - Fruta				
29	Kcal 649	HC 71			30	Kcal 939	HC 103																		
	Lip 31	Prot 25				Lip 45	Prot 35																		
	Porru- eta ziazerba-krema Arrautza frijituak patata frijituekin Esnekia Crema de puerros y espinacas Huevos fritos con patatas fritas Lacteo					Hegazti-zopa fideoekin Izokina meniere erara Sasoiko fruta Sopa de ave con fideos Salmon meniere Fruta de temporada																			
Zopa - Hegazti - Fruta Sopa - Ave - Fruta					Barazki - Hegazti - Jogurta Verdura - Ave - Yogur																				