

Astelehena / Lunes	Asteartea / Martes	Asteazkena/ Miércoles	Osteguna / Jueves	Ostirala / Viernes
2 620Kcal - Prot:28g - Lip:31g - HC:50g . Barazki menestra . Txerri xolomoa entsaladarekin . Fruta <i>. Menestra de verduras</i> <i>. Lomo de cerdo con ensalada</i> <i>. Fruta</i>	3 800Kcal - Prot:48g - Lip:36g - HC:63g . Babarrun txuriak azenarioarekin . Arrain urdina entsaladarekin (4,2,14) . Fruta <i>. Alubias blancas con zanahoria</i> <i>. Pescado azul con ensalada</i> <i>. Fruta</i>	4 830Kcal - Prot:50g - Lip:27g - HC:88g . Gluten gabeko pasta emmental . Txahal xerra txip patatekin . Fruta <i>. Pasta sin gluten emmental</i> <i>. Filete de ternera con patatas chip</i> <i>. Fruta</i>	5 600Kcal - Prot:24g - Lip:23g - HC:67g . Brokolia erregosiarekin . Patata tortila entsaladarekin (3) . Jogurt naturala (7) <i>. Brócoli con refrito</i> <i>. Tortilla de patata con ensalada</i> <i>. Yogur natural</i>	6 701Kcal - Prot:42g - Lip:25g - HC:66g . Ilarrak patatarekin . Legatza labean erregosiarekin (4,2,14) . Fruta <i>. Guisantes con patata</i> <i>. Merluza al horno con refrito</i> <i>. Fruta</i>
9 650Kcal - Prot:28g - Lip:27g - HC:57g . Kuia krema . Txahal hanburgesa barazki saltsan . Fruta <i>. Crema de calabaza</i> <i>. Hamburguesa de ternera en salsa de verduras</i> <i>. Fruta</i>	10 730Kcal - Prot:31g - Lip:32g - HC:82g . Gluten gabeko makarroiak tomatearekin . Arrautza nahaskia piperrekin (3) . Fruta <i>. Macarrones sin gluten con tomate</i> <i>. Revuelto de huevo con pimientos</i> <i>. Fruta</i>	11 787Kcal - Prot:48g - Lip:25g - HC:78g . Haragi-paella . Legatza erregosiarekin (4,2,14) . Fruta <i>. Paella de carnes</i> <i>. Merluza con refrito</i> <i>. Fruta</i>	12 790Kcal - Prot:48g - Lip:35g - HC:72g . Patatak errioxar erara (7,12) . Oilasko bularkia entsaladarekin . Jogurt naturala (7) <i>. Patatas a la riojana</i> <i>. Pechuga de pollo con ensalada</i> <i>. Yogur natural</i>	13 620Kcal - Prot:28g - Lip:27g - HC:53g . Lekak patatarekin . Txahal haragia tomatearekin . Fruta <i>. Vainas con patata</i> <i>. Carne de ternera con tomate</i> <i>. Fruta</i>
16 986Kcal - Prot:44g - Lip:48g - HC:88g . Gluten gabeko pasta emmental . Oilasko bularkia perretxikoekin . Fruta <i>. Pasta sin gluten emmental</i> <i>. Pechugas de pollo con champiñones</i> <i>. Fruta</i>	17 855Kcal - Prot:44g - Lip:33g - HC:74g . Txitxirioak barazkiekin . Legatza labean erregosiarekin (4,2,14) . Fruta <i>. Garbanzos con verduras</i> <i>. Merluza al horno con refrito</i> <i>. Fruta</i>	18 706Kcal - Prot:19g - Lip:28g - HC:66g . Barazki menestra . Patata tortila entsaladarekin (3) . Fruta <i>. Menestra de verduras</i> <i>. Tortilla de patata con ensalada</i> <i>. Fruta</i>	19 JAI EGUNA FIESTA	20 JAI EGUNA FIESTA
23 723Kcal - Prot:48g - Lip:24g - HC:80g . Porrupatata . Arroza tomatearekin . Fruta <i>. Porrupatata</i> <i>. Arroz con tomate</i> <i>. Fruta</i>	24 654Kcal - Prot:25g - Lip:30g - HC:64g . Babarrun gorriak barazkiekin . Arrautza nahaskia entsaladarekin (3) . Fruta <i>. Alubias pintas con verduras</i> <i>. Revuelto de huevos con ensalada</i> <i>. Fruta</i>	25 671Kcal - Prot:28g - Lip:23g - HC:55g . Kuiatxo krema . Legatza erregosiarekin (4,2,14) . Zaporeetako jogurta (7) <i>. Crema de calabacín</i> <i>. Merluza con refrito</i> <i>. Yogur de sabores</i>	26 610Kcal - Prot:37g - Lip:26g - HC:60g . Lekak patatarekin . Oilasko bularkiak entsaladarekin . Fruta <i>. Vainas con patata</i> <i>. Pechugas de pollo con ensalada</i> <i>. Fruta</i>	27 640Kcal - Prot:35g - Lip:22g - HC:60g . Gluten gabeko hegazti zopa fideoekin . Txahal erregosia tomatearekin . Fruta <i>. Sopa de ave con fideos sin gluten</i> <i>. Estofado de ternera con tomate</i> <i>. Fruta</i>
30 JAI EGUNA FIESTA	31 JAI EGUNA FIESTA	 Ogi integrala · Pan integral (1,6,10)  Freskoa · Fresco Ogi eskaintza egongo da eskuragai egunero / Nuestros menús incluyen pan a diario (1,6,10)		

Zenbaki beltzean: platerak dituen alergenokoak. / **Beltzean ez dagoen zenbakia:** platerak izan ditzazkeen alergenoen trazak.

En número negro: alérgenos que contiene el plato. / **En número no negro:** trazas de alérgenos que puede contener el plato.

Alergenoen gida: 1-Gluten; 2-Krustazeoak; 3-Arrautza; 4-Arraina; 5-Kakahuetea; 6-Soja; 7- Esnekia; 8-Fruitu lehorra; 9-Apioa; 10-Ziapea; 11-Sesamoa; 12-Sulfitoak; 13-Altramuz; 14-Moluskua

Guía de los alérgenos: 1-Gluten; 2-Crustáceos; 3-Huevo; 4-Pescado; 5-Cacahuete; 6-Soja; 7-Lácteo; 8-Frutos secos; 9-Apio; 10-Mostaza; 11-Sésamo; 12-Sulfitos; 13-Altramuz; 14-Moluscos