

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

			1	2 ■ CODITOS SALTEADOS ■ FILETE DE ABADEJO PLANCHA CON REFRITO ■ FRUTA ■ PAN
5 ■ LENTEJAS CON VERDURA ■ ALITAS DE POLLO CON VERDURAS ■ FRUTA ■ PAN	6 ■ ARROZ BLANCO ■ FILETE DE GUIARRA DE CERDO PLANCHA EN SALSA DE CEBOLLA ■ YOGURT NATURAL ■ PAN	7 ■ ALUBIAS BLANCAS CON VERDURA ■ GUISADO DE TERNERA EN SALSA DE VERDURAS ■ FRUTA ■ PAN	8 ■ SOPA DE LLUVIA CON AVE ■ FILETE DE ABADEJO AL HORNO ■ YOGURT NATURAL ■ PAN	9 ■ MENESTRA DE VERDURAS ■ PECHUGAS DE PAVO PLANCHA EN SALSA CON PATATAS NATURALES ■ FRUTA ■ PAN
12 ■ PURÉ DE VERDURA ■ ESTOFADO DE PAVO EN SALSA SUAVE ■ FRUTA ■ PAN	13 ■ PORRUSALDA ■ HAMBURGUESA DE TERNERA 100% EN SALSA ■ YOGURT NATURAL ■ PAN	14 ■ ALUBIAS ROJAS CON VERDURA ■ LOMO FRESCO DE CERDO PLANCHA EN SALSA DE ZANAHORIA ■ FRUTA ■ PAN	15 ■ VAINAS REHOGADAS ■ CARNE GUISADA DE TERNERA CON VERDURAS ■ YOGURT NATURAL ■ PAN	16 ■ TALLARINES SALTEADOS ■ MEDALLONES DE MERLUZA AL HORNO EN SALSA SUAVE ■ FRUTA ■ PAN
19 ■ SOPA DE ESTRELLAS CON AVE ■ PECHUGAS DE PAVO PLANCHA EN SALSA DE ZANAHORIA ■ FRUTA ■ PAN	20 ■ GARBANZOS CON VERDURA ■ FILETE DE MERLUZA AL HORNO EN SALSA SUAVE ■ YOGURT NATURAL ■ PAN	21 ■ CREMA DE CALABACÍN ■ MUSLO DE POLLO ASADO CON VERDURAS ■ FRUTA ■ PAN	22 ■ ARROZ BLANCO CON VERDURAS ■ FILETE DE ABADEJO PLANCHA CON REFRITO ■ YOGURT NATURAL ■ PAN	23 ■ LENTEJAS CON VERDURA ■ CARNE GUISADA DE TERNERA CON VERDURAS ■ FRUTA ■ PAN
26 ■ MARMITAKO ■ PECHUGAS DE POLLO PLANCHA EN SALSA DE CHAMPIÑÓN ■ FRUTA ■ PAN	27 ■ ESPINACAS REHOGADAS ■ ESTOFADO DE PAVO CON VERDURAS ■ YOGURT NATURAL ■ PAN	28 ■ ALUBIAS BLANCAS CON VERDURA ■ MEDALLONES DE MERLUZA AL HORNO EN SALSA VERDE ■ FRUTA ■ PAN	29 ■ MACARRONES SALTEADOS ■ FILETE DE GUIARRA DE CERDO PLANCHA EN SALSA ■ YOGURT NATURAL ■ PAN	30 ■ CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA ■ ESTOFADO DE TERNERA CON VERDURAS EN SALSA ■ FRUTA ■ PAN

ASTELEHENA

ASTEARTEA

ASTEAZKENA

OSTEGUNA

OSTIRALA

			1	2 <ul style="list-style-type: none"> <li>■ KODITO SALTEATUAK</li> <li>■ ABADIRA XERRA PLANTXAN OLIO ERREAREKIN</li> <li>■ FRUTA</li> <li>■ OGIA</li> </ul>
5 <ul style="list-style-type: none"> <li>■ DILISTAK BARAZKIEKIN</li> <li>■ OILASKO HEGOTXOAK BARAZKIEKIN</li> <li>■ FRUTA</li> <li>■ OGIA</li> </ul>	6 <ul style="list-style-type: none"> <li>■ ARROZ ZURIA</li> <li>■ TXERRI GIHAR XERRA PLANTXAN TIPULA-SALTSAN</li> <li>■ JOGURT NATURALA</li> <li>■ OGIA</li> </ul>	7 <ul style="list-style-type: none"> <li>■ INDABA ZURIAK BARAZKIEKIN</li> <li>■ TXAHAL GUISATUA BARAZKI SALTSAN</li> <li>■ FRUTA</li> <li>■ OGIA</li> </ul>	8 <ul style="list-style-type: none"> <li>■ EURI ZOPA HEGAZTIAREKIN</li> <li>■ ABADIRA XERRA LABAN EGINDA</li> <li>■ JOGURT NATURALA</li> <li>■ OGIA</li> </ul>	9 <ul style="list-style-type: none"> <li>■ BARAZKI MENESTRA</li> <li>■ INDIOILAR BULARKIAK PLANTXAN SALTSAN PATATEKIN</li> <li>■ FRUTA</li> <li>■ OGIA</li> </ul>
12 <ul style="list-style-type: none"> <li>■ BARAZKI PUREA</li> <li>■ INDIOILAR ERREGOSIA SALTSA LEUNEAN</li> <li>■ FRUTA</li> <li>■ OGIA</li> </ul>	13 <ul style="list-style-type: none"> <li>■ PORRUSALDA</li> <li>■ %100 TXAHAL HANBURGESA SALTSAN</li> <li>■ JOGURT NATURALA</li> <li>■ OGIA</li> </ul>	14 <ul style="list-style-type: none"> <li>■ INDABA GORRIAK BARAZKIEKIN</li> <li>■ TXERRI SOLOMO FRESKOA PLANTXAN AZENARIO-SALTSAN</li> <li>■ FRUTA</li> <li>■ OGIA</li> </ul>	15 <ul style="list-style-type: none"> <li>■ LEKA SUEZTITUAK</li> <li>■ TXAHAL OKELA GISATUA BARAZKIEKIN</li> <li>■ JOGURT NATURALA</li> <li>■ OGIA</li> </ul>	16 <ul style="list-style-type: none"> <li>■ TALLARIN SALTEATUAK</li> <li>■ LEGATZ MEDAILOIAK LABAN EGINDA SALTSA LEUNEAN</li> <li>■ FRUTA</li> <li>■ OGIA</li> </ul>
19 <ul style="list-style-type: none"> <li>■ IZAR ZOPA HEGAZTIAREKIN</li> <li>■ INDIOILAR BULARKIAK PLANTXAN AZENARIO-SALTSAN</li> <li>■ FRUTA</li> <li>■ OGIA</li> </ul>	20 <ul style="list-style-type: none"> <li>■ GARBANTZUAK BARAZKIEKIN</li> <li>■ LEGATZ XERRA LABAN EGINDA SALTSA LEUNEAN</li> <li>■ JOGURT NATURALA</li> <li>■ OGIA</li> </ul>	21 <ul style="list-style-type: none"> <li>■ KALABAZIN KREMA</li> <li>■ OILASKO IZTAR ERREA BARAZKIEKIN</li> <li>■ FRUTA</li> <li>■ OGIA</li> </ul>	22 <ul style="list-style-type: none"> <li>■ ARROZ ZURIA BARAZKIEKIN</li> <li>■ ABADIRA XERRA PLANTXAN OLIO ERREAREKIN</li> <li>■ JOGURT NATURALA</li> <li>■ OGIA</li> </ul>	23 <ul style="list-style-type: none"> <li>■ DILISTAK BARAZKIEKIN</li> <li>■ TXAHAL OKELA GISATUA BARAZKIEKIN</li> <li>■ FRUTA</li> <li>■ OGIA</li> </ul>
26 <ul style="list-style-type: none"> <li>■ MARMITAKOA</li> <li>■ OILASKO BULARKIAK PLANTXAN BARRENGORRI-SALTSAN</li> <li>■ FRUTA</li> <li>■ OGIA</li> </ul>	27 <ul style="list-style-type: none"> <li>■ ZIAZERBA SUEZTITUAK</li> <li>■ INDIOILAR ERREGOSIA BARAZKIEKIN</li> <li>■ JOGURT NATURALA</li> <li>■ OGIA</li> </ul>	28 <ul style="list-style-type: none"> <li>■ INDABA ZURIAK BARAZKIEKIN</li> <li>■ LEGATZ MEDAILOIAK LABAN EGINDA SALTSA BERDEAN</li> <li>■ FRUTA</li> <li>■ OGIA</li> </ul>	29 <ul style="list-style-type: none"> <li>■ MAKARROI SALTEATUAK</li> <li>■ TXERRI GIHAR XERRA PLANTXAN SALTSAN</li> <li>■ JOGURT NATURALA</li> <li>■ OGIA</li> </ul>	30 <ul style="list-style-type: none"> <li>■ KALABAZA ETA AZENARIO KREMA</li> <li>■ TXAHAL OKELA ERREGOSIA BARAZKIEKIN SALTSAN</li> <li>■ FRUTA</li> <li>■ OGIA</li> </ul>

BAZKARIAN HARTUTAKO JAKIAK

- Arroza, orekia, patata edo lekaleak
- Barazkiak
- Haragiak
- Arrainak
- Arrautza
- Fruta
- Esnekia

AFALTZEKO GOMENDIOAK

- Barazki edo ortuari gordin edo prestatuak
- Arroza, orekia edo patatak
- Arraina edo arrautza
- Haragi edo arrautza
- Arraina edo haragia
- Esnekia edo fruta
- Fruta