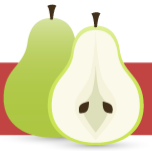
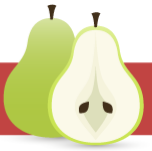


ASTELEHENA / LUNES				ASTEARTEA / MARTES				ASTEAZKENA / MIERCOLES				OSTEGUNA / JUEVES				OSTIRALA / VIERNES																											
2 Kcal 739 HC 102 Lip 14 Prot 56	3 Kcal 782 HC 137 Lip 16 Prot 29	4 Kcal 763 HC 87 Lip 31 Prot 36	5 Kcal 905 HC 99 Lip 29 Prot 66	6 Kcal 761 HC 99 Lip 23 Prot 44	9 Kcal 702 HC 64 Lip 32 Prot 38	10 Kcal 924 HC 99 Lip 43 Prot 38	11 Kcal 876 HC 130 Lip 27 Prot 29	12 Kcal 776 HC 83 Lip 33 Prot 40	13 Kcal 747 HC 97 Lip 22 Prot 43	16 Kcal 1056 HC 121 Lip 44 Prot 47	17 Kcal 837 HC 91 Lip 26 Prot 61	18 Kcal 645 HC 74 Lip 20 Prot 44	19 Kcal 800 HC 100 Lip 26 Prot 46	20 Kcal 725 HC 71 Lip 35 Prot 35	23 Kcal 671 HC 89 Lip 14 Prot 50	24 Kcal 718 HC 108 Lip 18 Prot 37	25 Kcal 753 HC 66 Lip 45 Prot 27	26 Kcal 686 HC 131 Lip 11 Prot 16	27 Kcal 758 HC 104 Lip 28 Prot 28	30 Kcal 672 HC 90 Lip 14 Prot 50																							
Dilistak arrozarekin Indioilar gisatua txanpiñoekin Fruta freskoa Lentejas con arroz Pavo guisado con champiñones Fruta fresca	Bertako kui crema Haragi lasagna Fruta freskoa Crema de calabaza local Lasaña de carne Fruta fresca	Patatak errioxar erara Arrain freskoa entsaladarekin Fruta freskoa Patatas a la riojana Pescado fresco con ensalada Fruta fresca	Espiralak italiar erara Oilasko izterra entsaladarekin Jogurta Espirales italiana Muslo de pollo con ensalada Yogur	Txitxirioak bertako barazkiekin Legatz arrautzatzatua piper gorriekin Fruta freskoa Garbanzos con verduras locales Merluza a la romana con pimientos rojos Fruta fresca	Krema - Arraina - Yogurra Crema - Pescado - Yogur	Pasta - Arraultz - Yogurra Pasta - Huevo - Yogur	Barazki - Haragi - Esnekia Verdura - Carne - Lácteo	Zopa - Arraina - Fruta Sopa - Pescado - Fruta	Barazki - Hegazti - Yogurra Verdura - Ave - Yogur	Lekak patatekin Jamon york nahaskia Fruta freskoa Vainas con patatas Revuelto de jamon york Fruta fresca	Indaba txuriak bertako kalabazarekin Albondigak txanpiñoekin Fruta freskoa Alubias blancas con calabaza local Albondigas con champiñones Fruta fresca	Arroz tomatearekin Oilasko hegala entsaladarekin Edateko jogurra Arroz con tomate Alitas de pollo con ensalada Yogur bebible	Porru eta espinaka crema ogi integrala txigortuarekin Txerri txuleta labeen jardineran erara Fruta freskoa Crema de puerros y espinacas con picatostes integrales Chuleta de cerdo al horno a la jardineran Fruta fresca	Dilista erregosiak Legatza marinela saltsan Fruta freskoa Lentejas estofadas Merluza en salsa marinera Fruta fresca	Zopa - Hegazti - Yogurra Sopa - Ave - Yogur	Krema - Arraina - Yogurra Crema - Pescado - Yogur	Barazki - Arraultz - Fruta Verdura - Huevo - Fruta	Patata - Arraina - Esnekia Patata - Pescado - Lácteo	Entsalada - Haragi - Yogurra Ensalada - Carne - Yogur	Karakolilloak italiar erara Frankfurt saltxitxak entsaladarekin Fruta freskoa Caracollitos italiana Frankfurt con ensalada Fruta fresca	Garbantzuak bertako kuiarekin Makailoa labeen entsaladarekin Fruta freskoa Garbanzos con calabaza local Bacalao al horno con ensalada Fruta fresca	Hegazti zopa fideoekin Solomo adobatuta piper gorriekin Fruta freskoa Sopa de ave con fideos Lomo adobado con pimientos rojos Fruta fresca	Indaba zuriak odolostearekin Legatza saltsa berdean Fruta freskoa Cocido de alubias blancas Merluza en salsa verde Fruta fresca	Barazki crema Txanpiñoi nahaskia Aihoria Crema de verduras Revuelto de champiñones Natillas	Krema - Arraina - Esnekia Crema - Pescado - Lácteo	Zopa - Haragi - Yogurra Sopa - Carne - Yogur	Pasta - Arraultz - Yogurra Pasta - Huevo - Yogur	Barazki - Arraina - Yogurra Verdura - Pescado - Yogur	Patata - Hegazti - Fruta Patata - Ave - Fruta	Indaba gorriak bertako barazkiekin Oilasko bularkia piper gorriekin Fruta freskoa Alubias rojas con verduras locales Pechuga de pollo con pimientos rojos Fruta fresca	Haragizko paella Legatza labeen entsaladarekin Fruta freskoa Paella de carne Merluza al horno con ensalada Fruta fresca	Bertako kui crema Hanburgesa entsaladarekin Gazta txikia "la vaca que rie" Crema de calabaza local Hamburguesa con ensalada Quesitos la vaca que rie	Dilistak bertako barazkiekin Lekak baratxuriek Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Vainas al ajillo Fruta fresca	Karakolilloak tomatearekin Arrautz frijituak patata frijituarekin Fruta freskoa Caracollitos con tomate Huevos fritos con patatas fritas Fruta fresca	Zopa - Arraina - Yogurra Sopa - Pescado - Yogur	Pasta - Arraultz - Fruta Pasta - Huevo - Fruta	Krema - Hegazti - Esnekia Crema - Ave - Lácteo	Arroza - Arraina - Yogurra Arroz - Pescado - Yogur	Brokolia patatekin Indioilar gisatua jardineran erara Fruta freskoa Brocoli con patatas Pavo guisado a la jardineran Fruta fresca				
Krema - Arraina - Yogurra Crema - Pescado - Yogur																																											



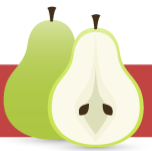
azaroa - noviembre 2020

ASTELEHENA / LUNES				ASTEARTEA / MARTES				ASTEAZKENA / MIERCOLES				OSTEGUNA / JUEVES				OSTIRALA / VIERNES								
2	Kcal Lip	739 14	HC Prot	102 56	3	Kcal Lip	663 22	HC Prot	84 35	4	Kcal Lip	763 31	HC Prot	87 36	5	Kcal Lip	905 29	HC Prot	99 66	6	Kcal Lip	838 30	HC Prot	106 38
<p>Dilistak arrozarekin Indioilar gisatua txanpiñoekin Fruta freskoa Lentejas con arroz Pavo guisado con champiñones Fruta fresca</p>				<p>Bertako kui crema Txahal biribilkia patata frijituekin Fruta freskoa Crema de calabaza local Redondo de ternera con patatas fritas Fruta fresca</p>				<p>Patatak errioxar erara Arrain freskoa entsaladarekin Fruta freskoa Patatas a la riojana Pescado fresco con ensalada Fruta fresca</p>				<p>Makarroiak italiar erara Oilasko izterra entsaladarekin Jogurta Macarrones italiana Muslo de pollo con ensalada Yogur</p>				<p>Txitxirioak bertako barazkiekin Legatza piper gorriekin Fruta freskoa Garbanzos con verduras locales Merluza con pimientos rojos Fruta fresca</p>								
9	Kcal Lip	702 32	HC Prot	64 38	10	Kcal Lip	924 43	HC Prot	99 38	11	Kcal Lip	876 27	HC Prot	130 29	12	Kcal Lip	753 32	HC Prot	79 39	13	Kcal Lip	747 22	HC Prot	97 43
<p>Lekak patatekin Jamon york nahaskia Fruta freskoa Vainas con patatas Revuelto de jamon york Fruta fresca</p>				<p>Indaba txuriak bertako kalabazarekin Albondigak txanpiñoekin Fruta freskoa Alubias blancas con calabaza local Albondigas con champiñones Fruta fresca</p>				<p>Arroz tomatearekin Oilasko hegialak entsaladarekin Edateko jogurra Arroz con tomate Alitas de pollo con ensalada Yogur bebible</p>				<p>Porru esta espinaka crema Txerri txuleta labean jardinerara Fruta freskoa Crema de puerros y espinacas Chuleta de cerdo al horno a la jardinerara Fruta fresca</p>				<p>Dilista erregosiak Legatza marinela saltsan Fruta freskoa Lentejas estofadas Merluza en salsa marinera Fruta fresca</p>								
16	Kcal Lip	961 41	HC Prot	113 39	17	Kcal Lip	837 26	HC Prot	91 61	18	Kcal Lip	635 20	HC Prot	73 42	19	Kcal Lip	800 26	HC Prot	100 46	20	Kcal Lip	725 35	HC Prot	71 35
<p>Makarroiak italiar erara Frankfurt saltxitxak entsaladarekin Fruta freskoa Macarrones italiana Frankfurt con ensalada Fruta fresca</p>				<p>Garbantzuak bertako kuiarekin Makailoa labean entsaladarekin Fruta freskoa Garbanzos con calabaza local Bacalao al horno con ensalada Fruta fresca</p>				<p>Hegazti zopa fideoekin Solomo freskoa piper gorriekin Fruta freskoa Sopa de ave con fideos Lomo fresco con pimientos rojos Fruta fresca</p>				<p>Indaba zuriak odolostearekin Legatza saltsa berdean Fruta freskoa Cocido de alubias blancas Merluza en salsa verde Fruta fresca</p>				<p>Barazki crema Txanpiño nahaskia Aihoria Crema de verduras Revuelto de champiñones Natillas</p>								
23	Kcal Lip	671 14	HC Prot	89 50	24	Kcal Lip	718 18	HC Prot	108 37	25	Kcal Lip	753 45	HC Prot	66 27	26	Kcal Lip	686 11	HC Prot	131 16	27	Kcal Lip	884 32	HC Prot	129 24
<p>Indaba gorriak bertako barazkiekin Oilasko bularkia piper gorriekin Fruta freskoa Alubias rojas con verduras locales Pechuga de pollo con pimientos rojos Fruta fresca</p>				<p>Haragizko paella Legatza labean entsaladarekin Fruta freskoa Paella de carne Merluza al horno con ensalada Fruta fresca</p>				<p>Bertako kui crema Hanburgesa entsaladarekin Gazta txikia "la vaca que rie" Crema de calabaza local Hamburguesa con ensalada Quesitos la vaca que rie</p>				<p>Dilistak bertako barazkiekin Lekak baratxurietan Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Vainas al ajillo Fruta fresca</p>				<p>Karakolilloak tomatearekin Patata tortila Fruta freskoa Caracolillos con tomate Tortilla de patata Fruta fresca</p>								
30	Kcal Lip	672 14	HC Prot	90 50																				
<p>Brokolia patatekin Indioilar gisatua jardinerara Fruta freskoa Brocoli con patatas Pavo guisado a la jardinerara Fruta fresca</p>																								



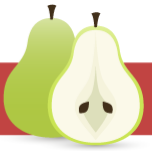
azaroa - noviembre 2020

ASTELEHENA / LUNES				ASTEARTEA / MARTES				ASTEAZKENA / MIERCOLES				OSTEGUNA / JUEVES				OSTIRALA / VIERNES								
2	Kcal Lip	739 14	HC Prot	102 56	3	Kcal Lip	663 22	HC Prot	84 35	4	Kcal Lip	673 26	HC Prot	82 29	5	Kcal Lip	950 29	HC Prot	108 70	6	Kcal Lip	761 23	HC Prot	99 44
Dilistak arrozarekin Indioilar gisatua txanpiñoekin Fruta freskoa Lentejas con arroz Pavo guisado con champiñones Fruta fresca				Bertako kui krema Txahal biribilkia patata frijituekin Fruta freskoa Crema de calabaza local Redondo de ternera con patatas fritas Fruta fresca				Porrusalda Arrain freskoa entsaladarekin Fruta freskoa Purrusalda Pescado fresco con ensalada Fruta fresca				Espiralak tomatearekin Oilasko izterra entsaladarekin Jogurta Espirales con tomate Muslo de pollo con ensalada Yogur				Txitxirioak bertako barazkiekin Legatz arrautzaztatua piper gorriekin Fruta freskoa Garbanzos con verduras locales Merluza a la romana con pimientos rojos Fruta fresca								
9	Kcal Lip	597 22	HC Prot	70 26	10	Kcal Lip	729 22	HC Prot	89 48	11	Kcal Lip	876 27	HC Prot	130 29	12	Kcal Lip	622 15	HC Prot	78 45	13	Kcal Lip	727 21	HC Prot	98 41
Lekak patatekin 3 barazkietako tortila Fruta freskoa Vainas con patatas Tortilla 3 vegetales Fruta fresca				Indaba txuriak bertako kalabazarekin Txahal xerra plantxan txanpiñoekin Fruta freskoa Alubias blancas con calabaza local Filete de ternera a la plancha con champiñones Fruta fresca				Arroz tomatearekin Oilasko hegialak entsaladarekin Edateko jogurra Arroz con tomate Alitas de pollo con ensalada Yogur bebible				Porrú eta espinaka krema ogi integrala txigortuarekin Indioilar bularkia labean jardinera erara Fruta freskoa Crema de puerros y espinacas con picatostes integrales Pechuga de pavo al horno a la jardinera Fruta fresca				Dilistak barazkiekin Legatza marinela saltsan Fruta freskoa Lentejas con verduras Merluza en salsa marinera Fruta fresca								
16	Kcal Lip	752 17	HC Prot	105 48	17	Kcal Lip	837 26	HC Prot	91 61	18	Kcal Lip	828 41	HC Prot	76 38	19	Kcal Lip	759 22	HC Prot	100 44	20	Kcal Lip	725 35	HC Prot	71 35
Karakolilloak tomatearekin Indioilar bularkia labean entsaladarekin Fruta freskoa Caracolillos con tomate Pechuga de pavo al horno con ensalada Fruta fresca				Garbantzuak bertako kuiarekin Makailoa labean entsaladarekin Fruta freskoa Garbanzos con calabaza local Bacalao al horno con ensalada Fruta fresca				Hegazti zopa fideoekin Arrautz egosiak fritadarekin Fruta freskoa Sopa de ave con fideos Huevos cocidos con fritada Fruta fresca				Indaba zuriak barazkiekin Legatza saltsa berdean Fruta freskoa Alubias blancas con verduras Merluza en salsa verde Fruta fresca				Barazki krema Txanpiño nahaskia Aihoria Crema de verduras Revuelto de champiñones Natillas								
23	Kcal Lip	671 14	HC Prot	89 50	24	Kcal Lip	669 13	HC Prot	108 34	25	Kcal Lip	606 25	HC Prot	62 38	26	Kcal Lip	686 11	HC Prot	131 16	27	Kcal Lip	758 28	HC Prot	104 28
Indaba gorriak bertako barazkiekin Oilasko bularkia piper gorriekin Fruta freskoa Alubias rojas con verduras locales Pechuga de pollo con pimientos rojos Fruta fresca				Barazki paella Legatza labean entsaladarekin Fruta freskoa Paella vegetal Merluza al horno con ensalada Fruta fresca				Bertako kui krema Txahal xerra plantxan entsaladarekin Gazta txikia "la vaca que rie" Crema de calabaza local Filete de ternera a la plancha con ensalada Quesitos la vaca que rie				Dilistak bertako barazkiekin Lekak baratzurriekin Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Vainas al ajillo Fruta fresca				Karakolilloak tomatearekin Arrautz frijituak patata frijituekin Fruta freskoa Caracolillos con tomate Huevos fritos con patatas fritas Fruta fresca								
30	Kcal Lip	672 14	HC Prot	90 50																				
Brokolia patatekin Indioilar gisatua jardinera erara Fruta freskoa Brocoli con patatas Pavo guisado a la jardinera Fruta fresca																								



azaroa - noviembre 2020

ASTELEHENA / LUNES				ASTEARTEA / MARTES				ASTEAZKENA / MIERCOLES				OSTEGUNA / JUEVES				OSTIRALA / VIERNES								
2	Kcal Lip	739 14	HC Prot	102 56	3	Kcal Lip	663 22	HC Prot	84 35	4	Kcal Lip	673 26	HC Prot	82 29	5	Kcal Lip	950 29	HC Prot	108 70	6	Kcal Lip	715 34	HC Prot	65 41
Dilistak arrozarekin Indioilar gisatua txanpiñoekin Fruta freskoa Lentejas con arroz Pavo guisado con champiñones Fruta fresca				Bertako kui crema Txahal biribilkia patata frijituekin Fruta freskoa Crema de calabaza local Redondo de ternera con patatas fritas Fruta fresca				Porrusalda Arrain freskoa entsaladarekin Fruta freskoa Purrusalda Pescado fresco con ensalada Fruta fresca				Espiralak tomatearekin Oilasko izterra entsaladarekin Jogurta Espirales con tomate Muslo de pollo con ensalada Yogur				Txitxirioak bertako barazkiekin Txanpiñoi nahaskia Fruta freskoa Garbanzos con verduras locales Revuelto de champiñones Fruta fresca								
9	Kcal Lip	597 22	HC Prot	70 26	10	Kcal Lip	729 22	HC Prot	89 48	11	Kcal Lip	876 27	HC Prot	130 29	12	Kcal Lip	622 15	HC Prot	78 45	13	Kcal Lip	853 29	HC Prot	97 52
Lekak patatekin 3 barazkietako tortila Fruta freskoa Vainas con patatas Tortilla 3 vegetales Fruta fresca				Indaba txuriak bertako kalabazarekin Txahal xerra plantxan txanpiñoekin Fruta freskoa Alubias blancas con calabaza local Filete de ternera a la plancha con champiñones Fruta fresca				Arroz tomatearekin Oilasko hegialak entsaladarekin Edateko jogurra Arroz con tomate Alitas de pollo con ensalada Yogur bebible				Porrú eta espinaka crema ogi integrala txigortuarekin Indioilar bularkia labean jardineraren erara Fruta freskoa Crema de puerros y espinacas con picatostes integrales Pechuga de pavo al horno a la jardinera Fruta fresca				Dilistak barazkiekin Bakailoa saltsan Fruta freskoa Lentejas con verduras Bacalao en salsa Fruta fresca								
16	Kcal Lip	752 17	HC Prot	105 48	17	Kcal Lip	837 26	HC Prot	91 61	18	Kcal Lip	828 41	HC Prot	76 38	19	Kcal Lip	692 22	HC Prot	81 45	20	Kcal Lip	725 35	HC Prot	71 35
Karakolilloak tomatearekin Indioilar bularkia labean entsaladarekin Fruta freskoa Caracolillos con tomate Pechuga de pavo al horno con ensalada Fruta fresca				Garbantzuak bertako kuiarekin Makailoa labean entsaladarekin Fruta freskoa Garbanzos con calabaza local Bacalao al horno con ensalada Fruta fresca				Hegazti zopa fideoekin Arrautz egosiak fritadarekin Fruta freskoa Sopa de ave con fideos Huevos cocidos con fritada Fruta fresca				Indaba zuriak barazkiekin Txahal biribilkia patata frijituekin Fruta freskoa Alubias blancas con verduras Redondo de ternera con patatas fritas Fruta fresca				Barazki crema Txanpiñoi nahaskia Aihoria Crema de verduras Revuelto de champiñones Natillas								
23	Kcal Lip	671 14	HC Prot	89 50	24	Kcal Lip	806 20	HC Prot	108 50	25	Kcal Lip	606 25	HC Prot	62 38	26	Kcal Lip	686 11	HC Prot	131 16	27	Kcal Lip	758 28	HC Prot	104 28
Indaba gorriak bertako barazkiekin Oilasko bularkia piper gorriekin Fruta freskoa Alubias rojas con verduras locales Pechuga de pollo con pimientos rojos Fruta fresca				Barazki paela Makailoa labean entsaladarekin Fruta freskoa Paella vegetal Bacalao al horno con ensalada Fruta fresca				Bertako kui crema Txahal xerra plantxan entsaladarekin Gazta txikia "la vaca que rie" Crema de calabaza local Filete de ternera a la plancha con ensalada Quesitos la vaca que rie				Dilistak bertako barazkiekin Lekak baratzuriek Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Vainas al ajillo Fruta fresca				Karakolilloak tomatearekin Arrautz frijituak patata frijituekin Fruta freskoa Caracolillos con tomate Huevos fritos con patatas fritas Fruta fresca								
30	Kcal Lip	672 14	HC Prot	90 50																				
Brokolia patatekin Indioilar gisatua jardineraren erara Fruta freskoa Brocoli con patatas Pavo guisado a la jardinera Fruta fresca																								



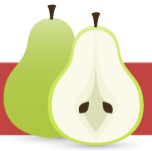
azaroa - noviembre 2020

ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
2 Kcal 739 HC 102 Lip 14 Prot 56 <p>Dilistak arrozarekin Indioilar gisatua txanpiñoekin Fruta freskoa Lentejas con arroz Pavo guisado con champiñones Fruta fresca</p>	3 Kcal 782 HC 137 Lip 16 Prot 29 <p>Bertako kui crema Haragi lasagna Fruta freskoa Crema de calabaza local Lasaña de carne Fruta fresca</p>	4 Kcal 763 HC 87 Lip 31 Prot 36 <p>Patatak errioxar erara Arrain freskoa entsaladarekin Fruta freskoa Patatas a la riojana Pescado fresco con ensalada Fruta fresca</p>	5 Kcal 905 HC 99 Lip 29 Prot 66 <p>Espiralak italiar erara Oilasko izterra entsaladarekin Jogurta Espirales italiana Muslo de pollo con ensalada Yogur</p>	6 Kcal 761 HC 99 Lip 23 Prot 44 <p>Txitxirioak bertako barazkiekin Legatz arrautzatzatua piper gorriekin Fruta freskoa Garbanzos con verduras locales Merluza a la romana con pimientos rojos Fruta fresca</p>
Krema - Arraina - Yogurra Crema - Pescado - Yogur 9 Kcal 702 HC 64 Lip 32 Prot 38 <p>Lekak patatekin Jamon york nahaskia Fruta freskoa Vainas con patatas Revuelto de jamon york Fruta fresca</p>	Pasta - Arraultz - Yogurra Pasta - Huevo - Yogur 10 Kcal 924 HC 99 Lip 43 Prot 38 <p>Indaba txuriak bertako kalabazarekin Albondigak txanpiñoekin Fruta freskoa Alubias blancas con calabaza local Albondigas con champiñones Fruta fresca</p>	Barazki - Haragi - Esnekia Verdura - Carne - Lácteo 11 Kcal 876 HC 130 Lip 27 Prot 29 <p>Arroza tomatearekin Oilasko hegialak entsaladarekin Edateko jogurra Arroz con tomate Alitas de pollo con ensalada Yogur bebible</p>	Zopa - Arraina - Fruta Sopa - Pescado - Fruta 12 Kcal 776 HC 83 Lip 33 Prot 40 <p>Porru eta espinaka crema ogi integrala txigortuarekin Txerri txuleta labeen jardinera erara Fruta freskoa Crema de puerros y espinacas con picatostes integrales Chuleta de cerdo al horno a la jardinera Fruta fresca</p>	Barazki - Hegazti - Yogurra Verdura - Ave - Yogur 13 Kcal 747 HC 97 Lip 22 Prot 43 <p>Dilista erregosiak Legatza marinela saltsan Fruta freskoa Lentejas estofadas Merluza en salsa marinera Fruta fresca</p>
Zopa - Hegazti - Yogurra Sopa - Ave - Yogur 16 Kcal 1056 HC 121 Lip 44 Prot 47 <p>Karakolilloak italiar erara Frankfurt saltxitxak entsaladarekin Fruta freskoa Caracolillos italiana Frankfurt con ensalada Fruta fresca</p>	Krema - Arraina - Yogurra Crema - Pescado - Yogur 17 Kcal 837 HC 91 Lip 26 Prot 61 <p>Garbantzuak bertako kuiarekin Makailoa labeen entsaladarekin Fruta freskoa Garbanzos con calabaza local Bacalao al horno con ensalada Fruta fresca</p>	Barazki - Arraultz - Fruta Verdura - Huevo - Fruta 18 Kcal 645 HC 74 Lip 20 Prot 44 <p>Hegazti zopa fideoekin Solomo adobatuta piper gorriekin Fruta freskoa Sopa de ave con fideos Lomo adobado con pimientos rojos Fruta fresca</p>	Patata - Arraina - Esnekia Patata - Pescado - Lácteo 19 Kcal 800 HC 100 Lip 26 Prot 46 <p>Indaba zuriak odolostearekin Legatza saltsa berdean Fruta freskoa Cocido de alubias blancas Merluza en salsa verde Fruta fresca</p>	Entsalada - Haragi - Yogurra Ensalada - Carne - Yogur 20 Kcal 725 HC 71 Lip 35 Prot 35 <p>Barazki crema Txanpiñoi nahaskia Aihoria Crema de verduras Revuelto de champiñones Natillas</p>
Krema - Arraina - Esnekia Crema - Pescado - Lácteo 23 Kcal 671 HC 89 Lip 14 Prot 50 <p>Indaba gorriak bertako barazkiekin Oilasko bularkia piper gorriekin Fruta freskoa Alubias rojas con verduras locales Pechuga de pollo con pimientos rojos Fruta fresca</p>	Zopa - Haragi - Yogurra Sopa - Carne - Yogur 24 Kcal 718 HC 108 Lip 18 Prot 37 <p>Haragizko paella Legatza labeen entsaladarekin Fruta freskoa Paella de carne Merluza al horno con ensalada Fruta fresca</p>	Pasta - Arraultz - Yogurra Pasta - Huevo - Yogur 25 Kcal 753 HC 66 Lip 45 Prot 27 <p>Bertako kui crema Hanburgesa entsaladarekin Gazta txikia "la vaca que rie" Crema de calabaza local Hamburguesa con ensalada Quesitos la vaca que rie</p>	Barazki - Arraina - Yogurra Verdura - Pescado - Yogur 26 Kcal 686 HC 131 Lip 11 Prot 16 <p>Dilistak bertako barazkiekin Lekak baratxuriek Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Vainas al ajillo Fruta fresca</p>	Patata - Hegazti - Fruta Patata - Ave - Fruta 27 Kcal 758 HC 104 Lip 28 Prot 28 <p>Karakolilloak tomatearekin Arrautz frijituak patata frijituarekin Fruta freskoa Caracolillos con tomate Huevos fritos con patatas fritas Fruta fresca</p>
Zopa - Arraina - Yogurra Sopa - Pescado - Yogur 30 Kcal 672 HC 90 Lip 14 Prot 50 <p>Brokolia patatekin Indioilar gisatua jardinera erara Fruta freskoa Brocoli con patatas Pavo guisado a la jardinera Fruta fresca</p>	Zopa - Haragi - Yogurra Sopa - Carne - Yogur 	Pasta - Arraultz - Fruta Pasta - Huevo - Fruta 	Krema - Hegazti - Esnekia Crema - Ave - Lácteo 	Arroza - Arraina - Yogurra Arroz - Pescado - Yogur



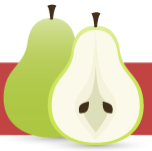
azaroa - noviembre 2020

ASTELEHENA / LUNES				ASTEARTEA / MARTES				ASTEAZKENA / MIERCOLES				OSTEGUNA / JUEVES				OSTIRALA / VIERNES								
2	Kcal Lip	739 14	HC Prot	102 56	3	Kcal Lip	663 22	HC Prot	84 35	4	Kcal Lip	763 31	HC Prot	87 36	5	Kcal Lip	905 29	HC Prot	99 66	6	Kcal Lip	838 30	HC Prot	106 38
Dilistak arrozarekin Indoilar gisatua txanpiñoekin Fruta freskoa Lentejas con arroz Pavo guisado con champiñones Fruta fresca				Bertako kui crema Txahal biribilkia patata frijituekin Fruta freskoa Crema de calabaza local Redondo de ternera con patatas fritas Fruta fresca				Patatak errioxar erara Arrain freskoa entsaladarekin Fruta freskoa Patatas a la riojana Pescado fresco con ensalada Fruta fresca				Makarroiak italiar erara Oilasko izterra entsaladarekin Jogurta Macarrones italiana Muslo de pollo con ensalada Yogur				Txitxirioak bertako barazkiekin Legatza piper gorriekin Fruta freskoa Garbanzos con verduras locales Merluza con pimientos rojos Fruta fresca								
9	Kcal Lip	706 21	HC Prot	69 57	10	Kcal Lip	924 43	HC Prot	99 38	11	Kcal Lip	876 27	HC Prot	130 29	12	Kcal Lip	753 32	HC Prot	79 39	13	Kcal Lip	747 22	HC Prot	97 43
Lekak patatekin Oilasko izterra piper gorriekin Fruta freskoa Vainas con patatas Muslo de pollo con pimientos rojos Fruta fresca				Indaba txuriak bertako kalabazarekin Albondigak txanpiñoekin Fruta freskoa Alubias blancas con calabaza local Albondigas con champiñones Fruta fresca				Arroz tomatearekin Oilasko hegala entsaladarekin Edateko jogurra Arroz con tomate Alitas de pollo con ensalada Yogur bebible				Porru esta espinaka crema Txerri txuleta labean jardiner erara Fruta freskoa Crema de puerros y espinacas Chuleta de cerdo al horno a la jardiner Fruta fresca				Dilista erregosiak Legatza marinela saltsan Fruta freskoa Lentejas estofadas Merluza en salsa marinera Fruta fresca								
16	Kcal Lip	961 41	HC Prot	113 39	17	Kcal Lip	837 26	HC Prot	91 61	18	Kcal Lip	635 20	HC Prot	73 42	19	Kcal Lip	800 26	HC Prot	100 46	20	Kcal Lip	644 25	HC Prot	70 36
Makarroiak italiar erara Frankfurt saltxitxak entsaladarekin Fruta freskoa Macarrones italiana Frankfurt con ensalada Fruta fresca				Garbantzuak bertako kuiarekin Makailoa labean entsaladarekin Fruta freskoa Garbanzos con calabaza local Bacalao al horno con ensalada Fruta fresca				Hegazi zopa fideoekin Solomo freskoa piper gorriekin Fruta freskoa Sopa de ave con fideos Lomo fresco con pimientos rojos Fruta fresca				Indaba zuriak odolostearekin Legatza saltsa berdean Fruta freskoa Cocido de alubias blancas Merluza en salsa verde Fruta fresca				Barazki crema Txahal xerra plantxan txanpiñoekin Aihoria Crema de verduras Filete de ternera a la plancha con champiñones Natillas								
23	Kcal Lip	671 14	HC Prot	89 50	24	Kcal Lip	718 18	HC Prot	108 37	25	Kcal Lip	753 45	HC Prot	66 27	26	Kcal Lip	686 11	HC Prot	131 16	27	Kcal Lip	855 24	HC Prot	105 60
Indaba gorriak bertako barazkiekin Oilasko bularkia piper gorriekin Fruta freskoa Alubias rojas con verduras locales Pechuga de pollo con pimientos rojos Fruta fresca				Haragizko paella Legatza labean entsaladarekin Fruta freskoa Paella de carne Merluza al horno con ensalada Fruta fresca				Bertako kui crema Hamburgesa entsaladarekin Gazta txikia "la vaca que rie" Crema de calabaza local Hamburguesa con ensalada Quesitos la vaca que rie				Dilistak bertako barazkiekin Lekak baratxuriekin Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Vainas al ajillo Fruta fresca				Karakolilloak tomatearekin Oilasko izterra patata frijituekin Fruta freskoa Caracolillos con tomate Muslo de pollo con patatas fritas Fruta fresca								
30	Kcal Lip	672 14	HC Prot	90 50																				
Brokolia patatekin Indoilar gisatua jardiner erara Fruta freskoa Brocoli con patatas Pavo guisado a la jardiner Fruta fresca																								



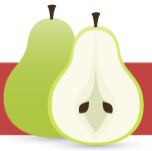
azaroa - noviembre 2020

ASTELEHENA / LUNES				ASTEARTEA / MARTES				ASTEAZKENA / MIERCOLES				OSTEGUNA / JUEVES				OSTIRALA / VIERNES								
2	Kcal Lip	739 14	HC Prot	102 56	3	Kcal Lip	663 22	HC Prot	84 35	4	Kcal Lip	763 31	HC Prot	87 36	5	Kcal Lip	891 28	HC Prot	99 64	6	Kcal Lip	838 30	HC Prot	106 38
Dilistak arrozarekin Indioilar gisatua txanpiñoekin Fruta freskoa Lentejas con arroz Pavo guisado con champiñones Fruta fresca				Bertako kui krema Txahal biribilkia patata frijituekin Fruta freskoa Crema de calabaza local Redondo de ternera con patatas fritas Fruta fresca				Patatak errioxar erara Arrain freskoa entsaladarekin Fruta freskoa Patatas a la riojana Pescado fresco con ensalada Fruta fresca				Makarroiak italiar erara Oilasko izterra entsaladarekin Sojako postrea Macarrones italiana Muslo de pollo con ensalada Postre de soja				Txitxirioak bertako barazkiekin Legatza piper gorriekin Fruta freskoa Garbanzos con verduras locales Merluza con pimientos rojos Fruta fresca								
9	Kcal Lip	702 32	HC Prot	64 38	10	Kcal Lip	924 43	HC Prot	99 38	11	Kcal Lip	760 19	HC Prot	117 32	12	Kcal Lip	753 32	HC Prot	79 39	13	Kcal Lip	747 22	HC Prot	97 43
Lekak patatekin Jamon york nahaskia Fruta freskoa Vainas con patatas Revuelto de jamon york Fruta fresca				Indaba txuriak bertako kalabazarekin Albondigak txanpiñoekin Fruta freskoa Alubias blancas con calabaza local Albondigas con champiñones Fruta fresca				Arroz tomatearekin Oilasko hegialak entsaladarekin Sojazko edateko postrea Arroz con tomate Alitas de pollo con ensalada Postre bebible de soja				Porru esta espinaka krema Txerri txuleta labean jardinerara Fruta freskoa Crema de puerros y espinacas Chuleta de cerdo al horno a la jardinerara Fruta fresca				Dilista erregosiak Legatza marinela saltsan Fruta freskoa Lentejas estofadas Merluza en salsa marinera Fruta fresca								
16	Kcal Lip	800 20	HC Prot	105 52	17	Kcal Lip	837 26	HC Prot	91 61	18	Kcal Lip	635 20	HC Prot	73 42	19	Kcal Lip	800 26	HC Prot	100 46	20	Kcal Lip	674 32	HC Prot	66 34
Makarroiak italiar erara Indioilar bularkia labean entsaladarekin Fruta freskoa Macarrones italiana Pechuga de pavo al horno con ensalada Fruta fresca				Garbantzuak bertako kuiarekin Makailoa labean entsaladarekin Fruta freskoa Garbanzos con calabaza local Bacalao al horno con ensalada Fruta fresca				Hegazti zopa fideoekin Solomo freskoa piper gorriekin Fruta freskoa Sopa de ave con fideos Lomo fresco con pimientos rojos Fruta fresca				Indaba zuriak odolostearekin Legatza saltsa berdean Fruta freskoa Cocido de alubias blancas Merluza en salsa verde Fruta fresca				Barazki krema Txanpiñoi nahaskia Sojako postrea Crema de verduras Revuelto de champiñones Postre de soja								
23	Kcal Lip	671 14	HC Prot	89 50	24	Kcal Lip	718 18	HC Prot	108 37	25	Kcal Lip	790 43	HC Prot	77 26	26	Kcal Lip	686 11	HC Prot	131 16	27	Kcal Lip	884 32	HC Prot	129 24
Indaba gorriak bertako barazkiekin Oilasko bularkia piper gorriekin Fruta freskoa Alubias rojas con verduras locales Pechuga de pollo con pimientos rojos Fruta fresca				Haragizko paella Legatza labean entsaladarekin Fruta freskoa Paella de carne Merluza al horno con ensalada Fruta fresca				Bertako kui krema Hanburgesa entsaladarekin Sojako postrea Crema de calabaza local Hamburguesa con ensalada Postre de soja				Dilistak bertako barazkiekin Lekak baratxurietan Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Vainas al ajillo Fruta fresca				Karakolilloak tomatearekin Patata tortila Fruta freskoa Caracolillos con tomate Tortilla de patata Fruta fresca								
30	Kcal Lip	672 14	HC Prot	90 50																				
Brokolia patatekin Indioilar gisatua jardinerara Fruta freskoa Brocoli con patatas Pavo guisado a la jardinerara Fruta fresca																								



azaroa - noviembre 2020

ASTELEHENA / LUNES					ASTEARTEA / MARTES					ASTEAZKENA / MIERCOLES					OSTEGUNA / JUEVES					OSTIRALA / VIERNES				
2	Kcal Lip	692 11	HC Prot	112 42	3	Kcal Lip	663 22	HC Prot	84 35	4	Kcal Lip	763 31	HC Prot	87 36	5	Kcal Lip	905 29	HC Prot	99 66	6	Kcal Lip	537 18	HC Prot	67 29
Barazki paela Indioilar gisatua txanpiñoekin Fruta freskoa Paella vegetal Pavo guisado con champiñones Fruta fresca					Bertako kui krema Txahal biribilkia patata frijituekin Fruta freskoa Crema de calabaza local Redondo de ternera con patatas fritas Fruta fresca					Patatak errioxar erara Arrain freskoa entsaladarekin Fruta freskoa Patatas a la riojana Pescado fresco con ensalada Fruta fresca					Makarroiak italiar erara Oilasko izterra entsaladarekin Jogurta Macarrones italiana Muslo de pollo con ensalada Yogur					Zerbak patatekin Legatza piper gorriekin Fruta freskoa Acelgas con patatas Merluza con pimientos rojos Fruta fresca				
9	Kcal Lip	702 29	HC Prot	75 38	10	Kcal Lip	714 20	HC Prot	98 40	11	Kcal Lip	876 27	HC Prot	130 29	12	Kcal Lip	753 32	HC Prot	79 39	13	Kcal Lip	529 18	HC Prot	67 27
Azalorea patatekin Jamon york nahaskia Fruta freskoa Coliflor con patatas Revuelto de jamon york Fruta fresca					Makarroiak barazkiekin Txahal xerra plantxan txanpiñoekin Fruta freskoa Macarrones con verduras Filete de ternera a la plancha con champiñones Fruta fresca					Arroz tomatearekin Oilasko hegialak entsaladarekin Edateko jogurra Arroz con tomate Alitas de pollo con ensalada Yogur bebible					Porru esta espinaka krema Txerri txuleta labean jardinera erara Fruta freskoa Crema de puerros y espinacas Chuleta de cerdo al horno a la jardinera Fruta fresca					Brokoli olio erretan Legatza marinela saltsan Fruta freskoa Brocoli con refrito Merluza en salsa marinera Fruta fresca				
16	Kcal Lip	800 20	HC Prot	105 52	17	Kcal Lip	743 30	HC Prot	70 45	18	Kcal Lip	635 20	HC Prot	73 42	19	Kcal Lip	763 19	HC Prot	120 33	20	Kcal Lip	725 35	HC Prot	71 35
Makarroiak italiar erara Indioilar bularkia labean entsaladarekin Fruta freskoa Macarrones italiana Pechuga de pavo al horno con ensalada Fruta fresca					Zerbak patatekin Makailoa labean entsaladarekin Fruta freskoa Acelgas con patatas Bacalao al horno con ensalada Fruta fresca					Hegazti zopa fideoekin Solomo freskoa piper gorriekin Fruta freskoa Sopa de ave con fideos Lomo fresco con pimientos rojos Fruta fresca					Barazki paela Legatza saltsa berdean Fruta freskoa Paella vegetal Merluza en salsa verde Fruta fresca					Barazki krema Txanpiñoi nahaskia Aihoria Crema de verduras Revuelto de champiñones Natillas				
23	Kcal Lip	740 15	HC Prot	107 48	24	Kcal Lip	718 18	HC Prot	108 37	25	Kcal Lip	606 25	HC Prot	62 38	26	Kcal Lip	696 33	HC Prot	61 36	27	Kcal Lip	884 32	HC Prot	129 24
Makarroiak salteatuak barazkiekin Oilasko bularkia piper gorriekin Fruta freskoa Macarrones salteados con verduritas Pechuga de pollo con pimientos rojos Fruta fresca					Haragizko paella Legatza labean entsaladarekin Fruta freskoa Paella de carne Merluza al horno con ensalada Fruta fresca					Bertako kui krema Txahal xerra plantxan entsaladarekin Gazta txikia "la vaca que rie" Crema de calabaza local Filete de ternera a la plancha con ensalada Quesitos la vaca que rie					Entsalada mistoa Solomo freskoa piper gorriekin Fruta freskoa Ensalada mixta Lomo fresco con pimientos rojos Fruta fresca					Karakoliiloak tomatearekin Patata tortila Fruta freskoa Caracolillos con tomate Tortilla de patata Fruta fresca				
30	Kcal Lip	672 14	HC Prot	90 50																				
Brokolia patatekin Indioilar gisatua jardinera erara Fruta freskoa Brocoli con patatas Pavo guisado a la jardinera Fruta fresca																								



azaroa - noviembre 2020

ASTELEHENA / LUNES				ASTEARTEA / MARTES				ASTEAZKENA / MIERCOLES				OSTEGUNA / JUEVES				OSTIRALA / VIERNES								
2	Kcal Lip	739 14	HC Prot	102 56	3	Kcal Lip	663 22	HC Prot	84 35	4	Kcal Lip	720 22	HC Prot	90 43	5	Kcal Lip	905 29	HC Prot	99 66	6	Kcal Lip	715 34	HC Prot	65 41
<p>Dilistak arrozarekin Indoilar gisatua txanpiñoekin Fruta freskoa Lentejas con arroz Pavo guisado con champiñones Fruta fresca</p>				<p>Bertako kui krema Txahal biribilkia patata frijituekin Fruta freskoa Crema de calabaza local Redondo de ternera con patatas fritas Fruta fresca</p>				<p>Patatak errioxar erara Solomo freskoa piper gorriekin Fruta freskoa Patatas a la riojana Lomo fresco con pimientos rojos Fruta fresca</p>				<p>Makarroiak italiar erara Oilasko izterra entsaladarekin Jogurta Macarrones italiana Muslo de pollo con ensalada Yogur</p>				<p>Txitxirioak bertako barazkiekin Txanpiñoi nahaskia Fruta freskoa Garbanzos con verduras locales Revuelto de champiñones Fruta fresca</p>								
9	Kcal Lip	702 32	HC Prot	64 38	10	Kcal Lip	924 43	HC Prot	99 38	11	Kcal Lip	876 27	HC Prot	130 29	12	Kcal Lip	753 32	HC Prot	79 39	13	Kcal Lip	734 25	HC Prot	93 40
<p>Lekak patatekin Jamon york nahaskia Fruta freskoa Vainas con patatas Revuelto de jamon york Fruta fresca</p>				<p>Indaba txuriak bertako kalabazarekin Albondigak txanpiñoekin Fruta freskoa Alubias blancas con calabaza local Albondigas con champiñones Fruta fresca</p>				<p>Arroz tomatearekin Oilasko hegala entsaladarekin Edateko jogurra Arroz con tomate Alitas de pollo con ensalada Yogur bebible</p>				<p>Porru esta espinaka krema Txerri txuleta labean jardinerara Fruta freskoa Crema de puerros y espinacas Chuleta de cerdo al horno a la jardinerara Fruta fresca</p>				<p>Dilista erregosiak 3 barazkietako tortila Fruta freskoa Lentejas estofadas Tortilla 3 vegetales Fruta fresca</p>								
16	Kcal Lip	961 41	HC Prot	113 39	17	Kcal Lip	875 28	HC Prot	92 66	18	Kcal Lip	635 20	HC Prot	73 42	19	Kcal Lip	733 26	HC Prot	81 46	20	Kcal Lip	725 35	HC Prot	71 35
<p>Makarroiak italiar erara Frankfurt saltxitxak entsaladarekin Fruta freskoa Macarrones italiana Frankfurt con ensalada Fruta fresca</p>				<p>Garbantzuak bertako kuiarekin Oilasko izterra entsaladarekin Fruta freskoa Garbanzos con calabaza local Muslo de pollo con ensalada Fruta fresca</p>				<p>Hegazi zopa fideoekin Solomo freskoa piper gorriekin Fruta freskoa Sopa de ave con fideos Lomo fresco con pimientos rojos Fruta fresca</p>				<p>Indaba zuriak odolostearekin Txahal biribilkia patata frijituekin Fruta freskoa Cocido de alubias blancas Redondo de ternera con patatas fritas Fruta fresca</p>				<p>Barazki krema Txanpiñoi nahaskia Aihoria Crema de verduras Revuelto de champiñones Natillas</p>								
23	Kcal Lip	671 14	HC Prot	89 50	24	Kcal Lip	553 9	HC Prot	108 15	25	Kcal Lip	753 45	HC Prot	66 27	26	Kcal Lip	686 11	HC Prot	131 16	27	Kcal Lip	884 32	HC Prot	129 24
<p>Indaba gorriak bertako barazkiekin Oilasko bularkia piper gorriekin Fruta freskoa Alubias rojas con verduras locales Pechuga de pollo con pimientos rojos Fruta fresca</p>				<p>Haragizko paella Solomo freskoa goarnizioarekin Fruta freskoa Paella de carne Lomo fresco con guarnicion Fruta fresca</p>				<p>Bertako kui krema Hamburgesa entsaladarekin Gazta txikia "la vaca que rie" Crema de calabaza local Hamburguesa con ensalada Quesitos la vaca que rie</p>				<p>Dilistak bertako barazkiekin Lekak baratxuriek Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Vainas al ajillo Fruta fresca</p>				<p>Karakolilloak tomatearekin Patata tortila Fruta freskoa Caracolillos con tomate Tortilla de patata Fruta fresca</p>								
30	Kcal Lip	672 14	HC Prot	90 50																				
<p>Brokolia patatekin Indoilar gisatua jardinerara Fruta freskoa Brocoli con patatas Pavo guisado a la jardinerara Fruta fresca</p>																								