



## azaroa - noviembre 2021

ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
<b>1</b>	<b>2</b> Kcal 822 HC 98 Lip 31 Prot 42	<b>3</b> Kcal 789 HC 93 Lip 26 Prot 48	<b>4</b> Kcal 714 HC 91 Lip 25 Prot 34	<b>5</b> Kcal 686 HC 79 Lip 26 Prot 35
JAIA FIESTA	<b>Makarroiak tomatearekin</b> <b>Arrautz frijituak serrano urdaiazpikoarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Macarrones con tomate Huevos fritos con jamon serrano Fruta fresca	<b>Garbantzuak bertako barazkiekin</b> <b>Txahal xerra plantxan entsaladarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Garbanzos con verduras locales Filete de ternera a la plancha con ensalada Fruta fresca	<b>Porrusalda</b> <b>Legatza saltsa berdean</b> <b>Aihoria</b> Purrusalda Merluza en salsa verde Natillas	<b>Bertako barazki krema ogi txigortuarekin</b> <b>Oilasko bularki birriztatua entsaladarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Crema de verduras locales con picatostes Pechuga de pollo empanada con ensalada Fruta fresca
	<b>Barazki - Hegazti - Esnekia</b> Verdura - Ave - Lácteo	<b>Zopa - Arrautz - Yogurra</b> Sopa - Huevo - Yogur	<b>Krema - Haragi - Fruta</b> Crema - Carne - Fruta	<b>Patata - Arraina - Yogurra</b> Patata - Pescado - Yogur
<b>8</b> Kcal 669 HC 61 Lip 33 Prot 27	<b>9</b> Kcal 937 HC 93 Lip 48 Prot 35	<b>10</b> Kcal 935 HC 119 Lip 36 Prot 38	<b>11</b> Kcal 890 HC 97 Lip 25 Prot 57	<b>12</b> Kcal 683 HC 76 Lip 24 Prot 43
<b>Barazki menestra</b> <b>Txorizozko frantses tortila entsaladarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Menestra de verduras Tortilla francesa de chorizo con ensalada Fruta fresca	<b>Patatak saltsa berdean</b> <b>Haragi bolak saltsan jardinera erara</b> <b>Edateko jogurra</b> Patatas en salsa verde Albondigas a la jardinera Yogur bebible	<b>Arroza tomatearekin</b> <b>Txerri txuleta labeen entsaladarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Arroz con tomate Chuleta de cerdo al horno con ensalada Fruta fresca	<b>Dilista erregosiak</b> <b>Hegalaburra errioxar erara</b> <b>Fruta freskoa</b> Lentejas estofadas Atun a la riojana Fruta fresca	<b>Bertako kui krema</b> <b>Txahal gisatua patata frijituarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Crema de calabaza local Guisado de ternera con patatas fritas Fruta fresca
<b>Arroza - Arraina - Yogurra</b> Arroz - Pescado - Yogur	<b>Zopa - Arrautz - Fruta</b> Sopa - Huevo - Fruta	<b>Barazki - Arraina - Yogurra</b> Verdura - Pescado - Yogur	<b>Krema - Haragi - Yogurra</b> Crema - Carne - Yogur	<b>Barazki - Arrautz - Esnekia</b> Verdura - Huevo - Lácteo
<b>15</b> Kcal 874 HC 90 Lip 43 Prot 35	<b>16</b> Kcal 737 HC 97 Lip 25 Prot 38	<b>17</b> Kcal 729 HC 92 Lip 17 Prot 55	<b>18</b> Kcal 688 HC 78 Lip 26 Prot 38	<b>19</b> Kcal 797 HC 99 Lip 25 Prot 48
<b>Brokolia patatekin</b> <b>Hanburgesa entsaladarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Brocoli con patatas Hamburguesa con ensalada Fruta fresca	<b>Makarroiak italiar erara</b> <b>Legatza marinela saltsan</b> <b>Gazta txikia "la vaca que rie"</b> Macarrones italiana Merluza en salsa marinera Quesitos la vaca que rie	<b>Indaba zuriak odolostearekin</b> <b>Indioilar gisatua txanpiñoekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Cocido de alubias blancas Pavo guisado con champiñones Fruta fresca	<b>Bertoko barazki krema ogi integrala txigortuarekin</b> <b>Txahal xerra ogi arrailtan pasatuta entsaladarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Crema de verduras locales con picatostes integrales Filete de ternera empanado con ensalada Fruta fresca	<b>Garbantzuak bertako kuiarekin</b> <b>Bakailaoa erromatar erara entsaladarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Garbanzos con calabaza local Bacalao a la romana con ensalada Fruta fresca
<b>Zopa - Arraina - Yogurra</b> Sopa - Pescado - Yogur	<b>Barazki - Haragi - Fruta</b> Verdura - Carne - Fruta	<b>Krema - Arraina - Yogurra</b> Crema - Pescado - Yogur	<b>Patata - Arrautz - Yogurra</b> Patata - Huevo - Yogur	<b>Zopa - Hegazti - Esnekia</b> Sopa - Ave - Lácteo
<b>22</b> Kcal 794 HC 98 Lip 32 Prot 34	<b>23</b> Kcal 769 HC 95 Lip 25 Prot 46	<b>24</b> Kcal 683 HC 74 Lip 24 Prot 45	<b>25</b> Kcal 842 HC 161 Lip 12 Prot 30	<b>26</b> Kcal 681 HC 95 Lip 19 Prot 37
<b>Espagetiak tomatearekin</b> <b>Atun tortilla frantsesa entsaladarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Espaguetis con tomate Tortilla francesa de atun con ensalada Fruta fresca	<b>Dilista erregosiak</b> <b>Legatz arrautzaztatua entsaladarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Lentejas estofadas Merluza a la romana con ensalada Fruta fresca	<b>Porrusalda krema</b> <b>Txahal gisatua piper gorriekin</b> <b>Jogurra</b> Crema de purrusalda Guisado de ternera con pimientos rojos Yogur	<b>Indaba gorriak bertako barazkiekin</b> <b>Barazki paela</b> <b>Fruta freskoa</b> Alubias rojas con verduras locales Paella vegetal Fruta fresca	<b>Patatak errioxar erara</b> <b>Legatza menier erara</b> <b>Fruta freskoa</b> Patatas a la riojana Merluza fresca meniere Fruta fresca
<b>Barazki - Arraina - Yogurra</b> Verdura - Pescado - Yogur	<b>Zopa - Arrautz - Esnekia</b> Sopa - Huevo - Lácteo	<b>Arroza - Arraina - Fruta</b> Arroz - Pescado - Fruta	<b>Barazki - Arraina - Yogurra</b> Verdura - Pescado - Yogur	<b>Krema - Hegazti - Yogurra</b> Crema - Ave - Yogur
<b>29</b> Kcal 838 HC 128 Lip 30 Prot 23	<b>30</b> Kcal 746 HC 72 Lip 33 Prot 41			
<b>Makarroiak tomatearekin</b> <b>Hegalaburrezko enpanadillak entsaladarekin</b> <b>Fruta freskoa</b> Macarrones con tomate Empanadillas de bonito con ensalada Fruta fresca	<b>Hegazti zopa fideoekin</b> <b>Txahal-hanburguesa jardinera erara</b> <b>Fruta freskoa</b> Sopa de ave con fideos Hamburguesa 100% ternera a la jardinera Fruta fresca			
<b>Entsalada - Arrautz - Yogurra</b> Ensalada - Huevo - Yogur	<b>Arroza - Hegazti - Yogurra</b> Arroz - Ave - Yogur			





## azaroa - noviembre 2021

ASTELEHENA / LUNES				ASTEARTEA / MARTES				ASTEAZKENA / MIERCOLES				OSTEGUNA / JUEVES				OSTIRALA / VIERNES			
<b>1</b>				<b>2</b> Kcal 758 HC 104 Lip 28 Prot 28				<b>3</b> Kcal 789 HC 93 Lip 26 Prot 48				<b>4</b> Kcal 714 HC 91 Lip 25 Prot 34				<b>5</b> Kcal 686 HC 79 Lip 26 Prot 35			
JAIA				<b>Makarroiak tomatearekin</b>				<b>Garbantzuak bertako barazkiekin</b>				<b>Porrusalda</b>				<b>Bertako barazki krema ogi txigortuarekin</b>			
FIESTA				<b>Arrautz frijituak patata frijituarekin</b>				<b>Txahal xerra plantxan entsaladarekin</b>				<b>Legatza saltsa berdean</b>				<b>Oilasko bularki birriztatua entsaladarekin</b>			
				<b>Fruta freskoa</b>				<b>Fruta freskoa</b>				<b>Fruta freskoa</b>				<b>Fruta freskoa</b>			
				Macarrones con tomate				Garbanzos con verduras locales				Purrusalda				Crema de verduras locales con picatostes			
				<b>Huevos fritos con patatas fritas</b>				Filete de ternera a la plancha con ensalada				Merluza en salsa verde				Pechuga de pollo empanada con ensalada			
				Fruta fresca				Fruta fresca				Natillas				Fruta fresca			
				<b>Barazki - Hegazti - Esnekia</b>				<b>Zopa - Arrautz - Yogurra</b>				<b>Krema - Haragi - Fruta</b>				<b>Patata - Arraina - Yogurra</b>			
				Verdura - Ave - Lácteo				Sopa - Huevo - Yogur				Crema - Carne - Fruta				Patata - Pescado - Yogur			
<b>8</b> Kcal 637 HC 61 Lip 30 Prot 24				<b>9</b> Kcal 707 HC 86 Lip 19 Prot 50				<b>10</b> Kcal 730 HC 115 Lip 18 Prot 31				<b>11</b> Kcal 924 HC 102 Lip 26 Prot 52				<b>12</b> Kcal 683 HC 76 Lip 24 Prot 43			
<b>Barazki menestra</b>				<b>Patatak saltsa berdean</b>				<b>Arroza tomatearekin</b>				<b>Dilistak bertako barazkiekin</b>				<b>Bertako kui krema</b>			
<b>Tortilla frantsesa entsaladarekin</b>				<b>Indioilar gisatua jardinera erara</b>				<b>Oilasko hegalak entsaladarekin</b>				<b>Hegalaburra errioxar erara</b>				<b>Txahal gisatua patata frijituarekin</b>			
<b>Fruta freskoa</b>				<b>Edateko jogurra</b>				<b>Fruta freskoa</b>				<b>Fruta freskoa</b>				<b>Fruta freskoa</b>			
Menestra de verduras				Patatas en salsa verde				Arroz con tomate				Lentejas con verduras locales				Crema de calabaza local			
<b>Tortilla francesa con ensalada</b>				<b>Pavo guisado a la jardinera</b>				<b>Alitas de pollo con ensalada</b>				<b>Atun a la riojana</b>				<b>Guisado de ternera con patatas fritas</b>			
Fruta fresca				Yogur bebible				Fruta fresca				Fruta fresca				Fruta fresca			
<b>Arroza - Arraina - Yogurra</b>				<b>Zopa - Arrautz - Fruta</b>				<b>Barazki - Arraina - Yogurra</b>				<b>Krema - Haragi - Yogurra</b>				<b>Barazki - Arrautz - Esnekia</b>			
Arroz - Pescado - Yogur				Sopa - Huevo - Fruta				Verdura - Pescado - Yogur				Crema - Carne - Yogur				Verdura - Huevo - Lácteo			
<b>15</b> Kcal 838 HC 85 Lip 38 Prot 42				<b>16</b> Kcal 690 HC 97 Lip 22 Prot 34				<b>17</b> Kcal 689 HC 93 Lip 13 Prot 53				<b>18</b> Kcal 688 HC 78 Lip 26 Prot 38				<b>19</b> Kcal 797 HC 99 Lip 25 Prot 48			
<b>Brokolia patatekin</b>				<b>Makarroiak tomatearekin</b>				<b>Indaba zuriak bertako barazkiekin</b>				<b>Bertoko barazki krema ogi integrala txigortuarekin</b>				<b>Garbantzuak bertako kuiarekin</b>			
<b>Txahal-hanburguesa entsaladarekin</b>				<b>Legatza marinela saltsan</b>				<b>Indioilar gisatua txanpiñoekin</b>				<b>Txahal xerra ogi arrailtan pasatuta entsaladarekin</b>				<b>Bakailaoa erromatar erara entsaladarekin</b>			
<b>Fruta freskoa</b>				<b>Macarrones con tomate</b>				<b>Fruta freskoa</b>				<b>Fruta freskoa</b>				<b>Fruta freskoa</b>			
Brocoli con patatas				Merluza en salsa marinera				Alubias blancas con verduras locales				Crema de verduras locales con picatostes integrales				Garbanzos con calabaza local			
<b>Hamburguesa 100% ternera con ensalada</b>				<b>Quesitos la vaca que rie</b>				<b>Pavo guisado con champiñones</b>				<b>Filete de ternera empanado con ensalada</b>				<b>Bacalao a la romana con ensalada</b>			
Fruta fresca				Fruta fresca				Fruta fresca				Fruta fresca				Fruta fresca			
<b>Zopa - Arraina - Yogurra</b>				<b>Barazki - Haragi - Fruta</b>				<b>Krema - Arraina - Yogurra</b>				<b>Patata - Arrautz - Yogurra</b>				<b>Zopa - Hegazti - Esnekia</b>			
Sopa - Pescado - Yogur				Verdura - Carne - Fruta				Crema - Pescado - Yogur				Patata - Huevo - Yogur				Sopa - Ave - Lácteo			
<b>22</b> Kcal 794 HC 98 Lip 32 Prot 34				<b>23</b> Kcal 692 HC 88 Lip 19 Prot 44				<b>24</b> Kcal 683 HC 74 Lip 24 Prot 45				<b>25</b> Kcal 842 HC 161 Lip 12 Prot 30				<b>26</b> Kcal 643 HC 91 Lip 18 Prot 33			
<b>Espagetiak tomatearekin</b>				<b>Dilistak bertako barazkiekin</b>				<b>Porrusalda krema</b>				<b>Indaba gorriak bertako barazkiekin</b>				<b>Patata gisatuak</b>			
<b>Atun tortilla frantsesa entsaladarekin</b>				<b>Legatz arrautzaztatua entsaladarekin</b>				<b>Txahal gisatua piper gorriekin</b>				<b>Barazki paela</b>				<b>Legatza menier erara</b>			
<b>Fruta freskoa</b>				<b>Fruta freskoa</b>				<b>Jogurra</b>				<b>Fruta freskoa</b>				<b>Fruta freskoa</b>			
Espaguetis con tomate				Lentejas con verduras locales				Crema de purrusalda				Alubias rojas con verduras locales				Merluza fresca meniere			
Tortilla francesa de atun con ensalada				Merluza a la romana con ensalada				Guisado de ternera con pimientos rojos				Paella vegetal				Fruta fresca			
Fruta fresca				Fruta fresca				Yogur				Fruta fresca							
<b>Barazki - Arraina - Yogurra</b>				<b>Zopa - Arrautz - Esnekia</b>				<b>Arroza - Arraina - Fruta</b>				<b>Barazki - Arraina - Yogurra</b>				<b>Krema - Hegazti - Yogurra</b>			
Verdura - Pescado - Yogur				Sopa - Huevo - Lácteo				Arroz - Pescado - Fruta				Verdura - Pescado - Yogur				Crema - Ave - Yogur			
<b>29</b> Kcal 838 HC 128 Lip 30 Prot 23				<b>30</b> Kcal 746 HC 72 Lip 33 Prot 41															
<b>Makarroiak tomatearekin</b>				<b>Hegazti zopa fideoekin</b>															
<b>Hegalaburrezko enpanadillak entsaladarekin</b>				<b>Txahal-hanburguesa jardinera erara</b>															
<b>Fruta freskoa</b>				<b>Fruta freskoa</b>															
Macarrones con tomate				Sopa de ave con fideos															
Empanadillas de bonito con ensalada				Hamburguesa 100% ternera a la jardinera															
Fruta fresca				Fruta fresca															
<b>Entsalada - Arrautz - Yogurra</b>				<b>Arroza - Hegazti - Yogurra</b>															
Ensalada - Huevo - Yogur				Arroz - Ave - Yogur															







## azaroa - noviembre 2021

ASTELEHENA / LUNES				ASTEARTEA / MARTES				ASTEAZKENA / MIERCOLES				OSTEGUNA / JUEVES				OSTIRALA / VIERNES			
<b>1</b>				<b>2</b> Kcal 758 HC 104 Lip 28 Prot 28				<b>3</b> Kcal 745 HC 126 Lip 16 Prot 31				<b>4</b> Kcal 714 HC 91 Lip 25 Prot 34				<b>5</b> Kcal 699 HC 73 Lip 31 Prot 36			
JAIA				<b>Makarroiak tomatearekin</b>				<b>Garbantzuak bertako barazkiekin</b>				<b>Porrusalda</b>				<b>Barazki krema ogi txigortuarekin</b>			
FIESTA				<b>Arrautz frijituak patata frijituarekin</b>				<b>Azalorea patatekin</b>				<b>Legatza saltsa berdean</b>				<b>Arrautzak egosiak tomate saltsan</b>			
				<b>Fruta freskoa</b>				<b>Fruta freskoa</b>				<b>Aihoria</b>				<b>Fruta freskoa</b>			
				Macarrones con tomate				Garbanzos con verduras locales				Purrusalda				Crema de verduras con picatostes			
				Huevos fritos con patatas fritas				Coliflor con patatas				Merluza en salsa verde				Huevos cocidos con salsa de tomate			
				Fruta fresca				Fruta fresca				Natillas				Fruta fresca			
				<b>Zopa - Barazki - Yogurra</b>				<b>Barazki - Prot. Vegetala - Fruta</b>				<b>Entsalada - Arrautz - Esnekia</b>							
				Sopa - Verdura - Yogur				Verdura - Prot. Vegetal - Fruta				Ensalada - Huevo - Lácteo							
<b>8</b> Kcal 665 HC 61 Lip 32 Prot 26				<b>9</b> Kcal 630 HC 111 Lip 15 Prot 16				<b>10</b> Kcal 865 HC 166 Lip 12 Prot 31				<b>11</b> Kcal 924 HC 102 Lip 26 Prot 52				<b>12</b> Kcal 620 HC 87 Lip 23 Prot 19			
<b>Barazki menestra</b>				<b>Patata gisatuak (gg)</b>				<b>Arroza tomatearekin</b>				<b>Dilistak bertako barazkiekin</b>				<b>Bertako kui krema</b>			
<b>Tortilla frantsesa entsaladarekin</b>				<b>Espinakak patatekin</b>				<b>Indaba zuriak bertako barazkiekin</b>				<b>Hegalaburra errioxar erara</b>				<b>Patata tortila entsaladarekin</b>			
<b>Jogurta</b>				<b>Edateko jogurra</b>				<b>Fruta freskoa</b>				<b>Fruta freskoa</b>				<b>Fruta freskoa</b>			
Menestra de verduras				Patatas guisadas (gg)				Arroz con tomate				Lentejas con verduras locales				Crema de calabaza local			
Tortilla francesa con ensalada				Espinacas con patatas				Alubias blancas con verduras locales				Atun a la riojana				Tortilla de patata con ensalada			
Yogur				Yogur bebible				Fruta fresca				Fruta fresca				Fruta fresca			
<b>Arroza - Arrautz - Esnekia</b>				<b>Entsalada - Prot. Vegetala - Fruta</b>				<b>Zopa - Barazki - Fruta</b>				<b>Entsalada - Barazki - Esnekia</b>				<b>Zopa - Prot. Vegetala - Fruta</b>			
Arroz - Huevo - Lácteo				Ensalada - Prot. Vegetal - Fruta				Sopa - Verdura - Fruta				Ensalada - Verdura - Lácteo				Sopa - Prot. Vegetal - Fruta			
<b>15</b> Kcal 739 HC 89 Lip 26 Prot 38				<b>16</b> Kcal 690 HC 97 Lip 22 Prot 34				<b>17</b> Kcal 824 HC 92 Lip 31 Prot 47				<b>18</b> Kcal 747 HC 142 Lip 14 Prot 21				<b>19</b> Kcal 797 HC 99 Lip 25 Prot 48			
<b>Brokolia patatekin</b>				<b>Makarroiak tomatearekin</b>				<b>Indaba zuriak bertako barazkiekin</b>				<b>Bertoko barazki krema ogi integrala txigortuarekin</b>				<b>Garbantzuak bertako kuiarekin</b>			
<b>Tofu saltsan piper gorriekin</b>				<b>Legatza marinela saltsan</b>				<b>Arrautzak egosiak tomate saltsan</b>				<b>Barazki paela</b>				<b>Bakailoa erromatar erara entsaladarekin</b>			
<b>Fruta freskoa</b>				<b>Gazta txikia "la vaca que rie"</b>				<b>Fruta freskoa</b>				<b>Jogurta</b>				<b>Fruta freskoa</b>			
Brocoli con patatas				Macarrones con tomate				Alubias blancas con verduras locales				Crema de verduras locales con picatostes integrales				Garbanzos con calabaza local			
Tofu en salsa con pimiento rojos				Merluza en salsa marinera				Huevos cocidos con salsa de tomate				Paella vegetal				Bacalao a la romana con ensalada			
Fruta fresca				Quesitos la vaca que rie				Fruta fresca				Yogur				Fruta fresca			
<b>Zopa - Prot. Vegetala - Yogurra</b>				<b>Patata - Barazki - Fruta</b>				<b>Entsalada - Barazki - Esnekia</b>				<b>Zopa - Barazki - Fruta</b>				<b>Arroza - Prot. Vegetala - Yogurra</b>			
Sopa - Prot. Vegetal - Yogur				Patata - Verdura - Fruta				Ensalada - Verdura - Lácteo				Sopa - Verdura - Fruta				Arroz - Prot. Vegetal - Yogur			
<b>22</b> Kcal 794 HC 98 Lip 32 Prot 34				<b>23</b> Kcal 692 HC 88 Lip 19 Prot 44				<b>24</b> Kcal 674 HC 85 Lip 26 Prot 24				<b>25</b> Kcal 842 HC 161 Lip 12 Prot 30				<b>26</b> Kcal 664 HC 105 Lip 15 Prot 30			
<b>Espagetiak tomatearekin</b>				<b>Dilistak bertako barazkiekin</b>				<b>Porrusalda krema</b>				<b>Indaba gorriak bertako barazkiekin</b>				<b>Patata gisatuak (gg)</b>			
<b>Atun tortilla frantsesa entsaladarekin</b>				<b>Legatz arrautzaztatua entsaladarekin</b>				<b>Xerra begetala erromatar erara patata frijituarekin</b>				<b>Barazki paela</b>				<b>Legatza menier erara</b>			
<b>Fruta freskoa</b>				<b>Fruta freskoa</b>				<b>Jogurta</b>				<b>Fruta freskoa</b>				<b>Edateko jogurra</b>			
Espaguetis con tomate				Lentejas con verduras locales				Crema de purrusalda				Alubias rojas con verduras locales				Patatas guisadas (gg)			
Tortilla francesa de atun con ensalada				Merluza a la romana con ensalada				Filete vegetal a la romana con patatas fritas				Paella vegetal				Merluza fresca meniere			
Fruta fresca				Fruta fresca				Yogur				Fruta fresca				Yogur bebible			
<b>Zopa - Prot. Vegetala - Fruta</b>				<b>Entsalada - Barazki - Esnekia</b>				<b>Pasta - Barazki - Fruta</b>				<b>Zopa - Barazki - Yogurra</b>				<b>Barazki - Prot. Vegetala - Esnekia</b>			
Sopa - Prot. Vegetal - Fruta				Ensalada - Verdura - Lácteo				Pasta - Verdura - Fruta				Sopa - Verdura - Yogur				Verdura - Prot. Vegetal - Lácteo			
<b>29</b> Kcal 865 HC 128 Lip 32 Prot 25				<b>30</b> Kcal 662 HC 79 Lip 25 Prot 33															
<b>Makarroiak tomatearekin</b>				<b>Fideo zopa</b>															
<b>Hegalaburrezko enpanadillak entsaladarekin</b>				<b>Tofu arrautzaztatua saltsan txanpiñoekin</b>															
<b>Jogurta</b>				<b>Fruta freskoa</b>															
Macarrones con tomate				Sopa de fideos (gg)															
Empanadillas de bonito con ensalada				Tofu rebozado en salsa con champiñones															
Yogur				Fruta fresca															
<b>Zopa - Prot. Vegetala - Fruta</b>				<b>Barazki - Prot. Vegetala - Fruta</b>															
Sopa - Prot. Vegetal - Fruta				Verdura - Prot. Vegetal - Fruta															

Gomendatutako afaria  
Cena recomendada

Animalia proteina gabeko menua  
Menú libre de proteína animal

Menu basalarekiko plater desberdina  
Plato distinto al menú basal

Bertoko menua %100ean  
Menú 100% local

OHARRA: 12 urteko umeetan oinarritutako informazio nutricionalaren kalkulua, menuan eskainitalo 40gr-ko ogia bame.

NOTA INFORMATIVA: Información nutricional calculada en base a niños de 12 años, incluyendo 40 g. de pan ofrecidos con el menú.