

# ABENDUA

## Astelehena

## Asteartea

## Asteazkena

## Osteguna

## Ostirala

4 **1°** Dilistak porruekin  
**2°** Papardoa tomatearekin  
**Postrea** Fruta **Ogia**  
Kcal 815 Glu 106 Lip 23 Pro 50

5 **1°** Paella  
**2°** Txahal gisatua barrengorriekin  
**Postrea** Jogurta **Ogia**  
Kcal 933 Glu 140 Lip 22 Pro 52

6 JAIA

7 JAIA

1 **1°** Euri zopa  
**2°** Patata tortila uhazarekin  
**Postrea** Fruta **Ogia**  
Kcal 739 Glu 86 Lip 34 Pro 22

11 **1°** Espagetiak tomatearekin  
**2°** San jakoboa uhazarekin  
**Postrea** E. Jogurta **Ogia**  
Kcal 915 Glu 130 Lip 37 Pro 22

12 **1°** Barazki menestra/Barazki purea  
**2°** Txahal hanburgesak barrengorriekin  
**Postrea** Fruta **Ogia**  
Kcal 763 Glu 74 Lip 36 Pro 37

13 **1°** Fideo eta hegazti zopa  
**2°** Txerri solomo adobatua piperrekin  
**Postrea** Jogurta **Ogia**  
Kcal 670 Glu 75 Lip 27 Pro 36

14 **1°** Garbantzuak txorizoarekin  
**2°** Legatz errea marinela saltsan  
**Postrea** Fruta **Ogia**  
Kcal 791 Glu 104 Lip 25 Pro 41

15 **1°** Ziazerba krema  
**2°** Oilasko izter errea entsaladarekin  
**Postrea** Fruta **Ogia**  
Kcal 788 Glu 77 Lip 30 Pro 43

18 **1°** Lekak patatekin/Barazki purea  
**2°** Saltxitxa erreak ketxuparekin  
**Postrea** Fruta **Ogia**  
Kcal 770 Glu 82 Lip 40 Pro 23

19 **1°** Dilistak barazkiekin  
**2°** Oilasko bularki birrinez. azenario eta kuitxoarekin  
**Postrea** Jogurta **Ogia**  
Kcal 828 Glu 102 Lip 25 Pro 58

20 **1°** Hiru gutziako arroza  
**2°** Txahal gisatua barazkiekin  
**Postrea** Fruta **Ogia**  
Kcal 894 Glu 139 Lip 20 Pro 47

21 **1°** Indaba gorriak azenarioarekin  
**2°** Makailu frijitua arto entsaladarekin  
**Postrea** Fruta **Ogia**  
Kcal 811 Glu 104 Lip 25 Pro 45

22 **1°** Kuia krema  
**2°** Patata tortila uhazarekin  
**Postrea** Postre berezia **Ogia**  
Kcal 886 Glu 96 Lip 45 Pro 34

# DICIEMBRE

## Lunes

## Martes

## Miércoles

## Jueves

## Viernes

4 **1°** Lentejas con puerros  
**2°** Palometa con tomate  
**Postre** Fruta **Pan**  
Kcal 815 Glu 106 Lip 23 Pro 50

5 **1°** Paella  
**2°** Guisado de ternera con champiñones  
**Postre** Yogur **Pan**  
Kcal 933 Glu 140 Lip 22 Pro 52

6 FIESTA

7 FIESTA

1 **1°** Sopa de lluvia  
**2°** Tortilla de patata con lechuga  
**Postre** Fruta **Pan**  
Kcal 739 Glu 86 Lip 34 Pro 22

8 FIESTA

11 **1°** Espaguetis con tomate  
**2°** San jacob con lechuga  
**Postre** Yogur bebible **Pan**  
Kcal 915 Glu 130 Lip 37 Pro 22

12 **1°** Menestra de verduras/Puré verduras  
**2°** Hamburguesas de ternera c/champiñones  
**Postre** Fruta **Pan**  
Kcal 763 Glu 74 Lip 36 Pro 37

13 **1°** Sopa de fideo y ave  
**2°** Lomo adobado de cerdo con pimientos  
**Postre** Yogur **Pan**  
Kcal 670 Glu 75 Lip 27 Pro 36

14 **1°** Garbanzos con chorizo  
**2°** Merluza al horno en salsa marinera  
**Postre** Fruta **Pan**  
Kcal 791 Glu 104 Lip 25 Pro 41

15 **1°** Crema de espinacas  
**2°** Muslo de pollo asado con ensalada  
**Postre** Fruta **Pan**  
Kcal 788 Glu 77 Lip 30 Pro 43

18 **1°** Vainas con patatas/Puré de verduras  
**2°** Salchichas al horno con ketchup  
**Postre** Fruta **Pan**  
Kcal 770 Glu 82 Lip 40 Pro 23

19 **1°** Lentejas con verduras  
**2°** Pechuga de pollo emp. con zan y calab  
**Postre** Yogur **Pan**  
Kcal 828 Glu 102 Lip 25 Pro 58

20 **1°** Arroz tres delicias  
**2°** Guisado de ternera a la jardinera  
**Postre** Fruta **Pan**  
Kcal 894 Glu 139 Lip 20 Pro 47

21 **1°** Alubias rojas con zanahoria  
**2°** Bacalao rebozado con ensalada de maíz  
**Postre** Fruta **Pan**  
Kcal 811 Glu 104 Lip 25 Pro 45

22 **1°** Crema de calabaza  
**2°** Tortilla de patata con lechuga  
**Postre** Postre esp. **Pan**  
Kcal 886 Glu 96 Lip 45 Pro 34