



iraila - septiembre 2020

ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
	1 Kcal 878 HC 118 Lip 34 Prot 35 Dilistak barazkiekin Hegalaburrezko enpanadillak entsaladarekin Jogurta Lentejas con verduras Empanadillas de bonito con ensalada Yogur	2 Kcal 1030 HC 114 Lip 42 Prot 54 Arroza tomatearekin Oilasko izterra errea entsaladarekin Fruta freskoa Arroz con tomate Muslo de pollo asado con ensalada Fruta fresca	3 Kcal 962 HC 89 Lip 53 Prot 36 Patatak errioxar erara Hegazti saltxitxa freskoak egosiak tomate saltsan Aihoria Patatas a la riojana Salchichas frescas de ave cocidas con salsa de tomate Natillas	4 Kcal 857 HC 114 Lip 26 Prot 48 Karakolilloak boloñesa erara Legatz arrautzaztatua mahonesarekin Fruta freskoa Caracolillos bolognesa Merluza a la romana con mahonesa Fruta fresca
7 Kcal 896 HC 106 Lip 37 Prot 37 Patatak errioxar erara Frankfurt tomate saltsan Fruta freskoa Patatas a la riojana Frankfurt con salsa de tomate Fruta fresca	8 Kcal 855 HC 107 Lip 35 Prot 32 Karakolilloak tomatearekin Hanburgesa txanpiñoiekin Fruta freskoa Caracolillos con tomate Hamburguesa con champiñones Fruta fresca	9 Kcal 644 HC 84 Lip 16 Prot 44 Porrusalda krema Indioilar blanketa mostzarekin piña eta patatekin Jogurta Crema de purrusalda Blanqueta de pavo a la mostaza con piña y patata Yogur	10 Kcal 714 HC 89 Lip 24 Prot 38 Indaba zuriak bertako barazkiekin Barazki tortilla entsaladarekin Fruta freskoa Alubias blancas con verduras locales Tortilla vegetal al horno con ensalada Fruta fresca	11 Kcal 666 HC 75 Lip 24 Prot 34 Lekak patatekin Legatz arrautzaztatua entsaladarekin Edateko jogurra Vainas con patatas Merluza a la romana con ensalada Yogur bebible
Entsalada - Arraultz - Yogurra Ensalada - Huevo - Yogur	Barazki - Arraina - Yogurra Verdura - Pescado - Yogur	Arroza - Haragi - Fruta Arroz - Carne - Fruta	Krema - Arraina - Yogurra Crema - Pescado - Yogur	Zopa - Hegazti - Fruta Sopa - Ave - Fruta
14 Kcal 886 HC 139 Lip 31 Prot 18 Dilistak bertako barazkiekin Enpanadillak entsaladarekin Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Empanadillas con ensalada Fruta fresca	15 Kcal 1030 HC 114 Lip 42 Prot 54 Arroza tomatearekin Oilasko izterra errea entsaladarekin Fruta freskoa Arroz con tomate Muslo de pollo asado con ensalada Fruta fresca	16 Kcal 736 HC 97 Lip 27 Prot 34 Indaba gorriak bertako barazkiekin Patata tortila labean entsaladarekin Gazta txikia "la vaca que rie" Alubias rojas con verduras locales Tortilla de patata al horno con ensalada Quesitos la vaca que rie	17 Kcal 701 HC 87 Lip 25 Prot 35 Patata gisatuak Legatza saltsa berdean Fruta freskoa Patatas guisadas Merluza en salsa verde Fruta fresca	18 Kcal 697 HC 76 Lip 25 Prot 46 Bertako barazki krema Txahal gisatua barazki saltsan Jogurta Crema de verduras locales Guisado de ternera en salsa de verduras Yogur
Zopa - Arraultz - Yogurra Sopa - Huevo - Yogur	Barazki - Arraina - Yogurra Verdura - Pescado - Yogur	Entsalada - Hegazti - Yogurra Ensalada - Ave - Yogur	Barazki - Haragi - Yogurra Verdura - Carne - Yogur	Patata - Arraina - Fruta Patata - Pescado - Fruta
21 Kcal 671 HC 66 Lip 28 Prot 42 Hegazti zopa fideoekin Sajoniazko solomoa entsaladarekin Jogurta Sopa de ave con fideos Lomo de sajonia con ensalada Yogur	22 Kcal 752 HC 116 Lip 17 Prot 38 Makarroiak bolognesa erara Legatza meniere eran Fruta freskoa Macarrones bolognesa Merluza meniere Fruta fresca	23 Kcal 838 HC 85 Lip 46 Prot 24 Bertako kui krema Albondigak patata frijituekin Fruta freskoa Crema de calabaza local Albondigas con patatas fritas Fruta fresca	24 Kcal 805 HC 99 Lip 21 Prot 60 Dilista erregosiak Bakailoa arrautzaztatua piper gorriekin Fruta freskoa Lentejas estofadas Bacalao a la romana con pimientos rojos Fruta fresca	25 Kcal 665 HC 79 Lip 22 Prot 39 Porrusalda Oilasko petxuga entsaladarekin Aihoria Purrusalda Pechuga de pollo con ensalada Natillas
Patata - Arraultz - Yogurra Patata - Huevo - Yogur	Barazki - Hegazti - Yogurra Verdura - Ave - Yogur	Krema - Arraina - Yogurra Crema - Pescado - Yogur	Zopa - Haragi - Esnekia Sopa - Carne - Lácteo	Barazki - Arraina - Fruta Verdura - Pescado - Fruta
28 Kcal 655 HC 79 Lip 25 Prot 31 Bertako barazki krema Legatz arrautzaztatua mahonesarekin Fruta ur-zukuetan Crema de verduras locales Merluza a la romana con mahonesa Fruta en almibar	29 Kcal 888 HC 117 Lip 33 Prot 34 Indaba zuriak bertako barazkiekin Urdaiazpiko kroketak entsaladarekin Jogurta Alubias blancas con verduras locales Croquetas de jamon con ensalada Yogur	30 Kcal 914 HC 121 Lip 24 Prot 30 Haragizko paella Hegaluze medailoia errioxar erara Fruta freskoa Paella de carne Medallon de bonito a la riojana Fruta fresca		
Arroza - Haragi - Fruta Arroz - Carne - Fruta	Krema - Arraina - Yogurra Crema - Pescado - Yogur	Barazki - Arraultz - Yogurra Verdura - Huevo - Yogur		


iraila - septiembre 2020

ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
	1	2	3	4
	EZ DAGO MENURIK NO HAY MENU	EZ DAGO MENURIK NO HAY MENU	EZ DAGO MENURIK NO HAY MENU	EZ DAGO MENURIK NO HAY MENU
7 Kcal 896 HC 106 Lip 37 Prot 37	8 Kcal 855 HC 107 Lip 35 Prot 32	9 Kcal 644 HC 84 Lip 16 Prot 44	10 Kcal 765 HC 108 Lip 26 Prot 30	11 Kcal 666 HC 75 Lip 24 Prot 34
Patatak errioxar erara Frankfurt tomate saltsan Fruta freskoa Patatas a la riojana Frankfurt con salsa de tomate Fruta fresca	Karakolilloak tomatearekin Hamburgesa txanpiñoiekin Fruta freskoa Caracolillos con tomate Hamburguesa con champiñones Fruta fresca	Porrusalda krema Indioilar blanketa mostazarekin piña eta patatekin Jogurta Crema de purrusalda Blanqueta de pavo a la mostaza con piña y patata Yogur	Haragizko paella Barazki tortilla entsaladarekin Fruta freskoa Paella de carne Tortilla vegetal al horno con ensalada Fruta fresca	Lekak patatekin Legatz arrautzaztatua entsaladarekin Edateko jogurra Vainas con patatas Merluza a la romana con ensalada Yogur bebible
14 Kcal 886 HC 139 Lip 31 Prot 18	15 Kcal 1030 HC 114 Lip 42 Prot 54	16 Kcal 559 HC 63 Lip 26 Prot 23	17 Kcal 701 HC 87 Lip 25 Prot 35	18 Kcal 697 HC 76 Lip 25 Prot 46
Dilistak bertako barazkiekin Enpanadilak entsaladarekin Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Empanadillas con ensalada Fruta fresca	Arroza tomatearekin Oilasko izterra errea entsaladarekin Fruta freskoa Arroz con tomate Muslo de pollo asado con ensalada Fruta fresca	Espinakak patatekin Patata tortila labean entsaladarekin Gazta txikia "la vaca que rie" Espinacas con patatas Tortilla de patata al horno con ensalada Quesitos la vaca que rie	Patata gisatuak Legatza saltsa berdean Fruta freskoa Patatas guisadas Merluza en salsa verde Fruta fresca	Bertako barazki krema Txahal gisatua barazki saltsan Jogurta Crema de verduras locales Guisado de ternera en salsa de verduras Yogur
21 Kcal 671 HC 66 Lip 28 Prot 42	22 Kcal 752 HC 116 Lip 17 Prot 38	23 Kcal 838 HC 85 Lip 46 Prot 24	24 Kcal 805 HC 99 Lip 21 Prot 60	25 Kcal 665 HC 79 Lip 22 Prot 39
Hegazti zopa fideoekin Sajoniazko solomoa entsaladarekin Jogurta Sopa de ave con fideos Lomo de sajonia con ensalada Yogur	Makarroiak bolognesa erara Legatza meniere eran Fruta freskoa Macarrones bolognesa Merluza meniere Fruta fresca	Bertako kui krema Albondigak patata frijituekin Fruta freskoa Crema de calabaza local Albondigas con patatas fritas Fruta fresca	Dilista erregosiak Bakailaoa arrautzaztatua piper gorriekin Fruta freskoa Lentejas estofadas Bacalao a la romana con pimientos rojos Fruta fresca	Porrusalda Oilasko petxuga entsaladarekin Aihoria Purrusalda Pechuga de pollo con ensalada Natillas
28 Kcal 655 HC 79 Lip 25 Prot 31	29 Kcal 774 HC 103 Lip 31 Prot 24	30 Kcal 914 HC 121 Lip 24 Prot 30		
Bertako barazki krema Legatz arrautzaztatua mahonesarekin Fruta ur-zukuetan Crema de verduras locales Merluza a la romana con mahonesa Fruta en almibar	Azalorea patatekin Urdaiazpiko kroketak entsaladarekin Jogurta Coliflor con patatas Croquetas de jamon con ensalada Yogur	Haragizko paella Hegaluze medailoia errioxar erara Fruta freskoa Paella de carne Medallon de bonito a la riojana Fruta fresca		



iraila - septiembre 2020

ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
	1	2	3	4
	EZ DAGO MENURIK NO HAY MENU	EZ DAGO MENURIK NO HAY MENU	EZ DAGO MENURIK NO HAY MENU	EZ DAGO MENURIK NO HAY MENU
7 Kcal 896 HC 106 Lip 37 Prot 37	8 Kcal 855 HC 107 Lip 35 Prot 32	9 Kcal 644 HC 84 Lip 16 Prot 44	10 Kcal 714 HC 89 Lip 24 Prot 38	11 Kcal 666 HC 75 Lip 24 Prot 34
Patatak errioxar erara Frankfurt tomate saltsan Fruta freskoa Patatas a la riojana Frankfurt con salsa de tomate Fruta fresca	Karakolilloak tomatearekin Hanburgesa txanpiñoiekin Fruta freskoa Caracolillos con tomate Hamburguesa con champiñones Fruta fresca	Porrusalda krema Indioilar blanketa mostazarekin piña eta patatekin Jogurta Crema de purrusalda Blanqueta de pavo a la mostaza con piña y patata Yogur	Indaba zuriak bertako barazkiekin Barazki tortilla entsaladarekin Fruta freskoa Alubias blancas con verduras locales Tortilla vegetal al horno con ensalada Fruta fresca	Lekak patatekin Legatz arrautzaztatua entsaladarekin Edateko jogurra Vainas con patatas Merluza a la romana con ensalada Yogur bebible
14 Kcal 886 HC 139 Lip 31 Prot 18	15 Kcal 1030 HC 114 Lip 42 Prot 54	16 Kcal 736 HC 97 Lip 27 Prot 34	17 Kcal 701 HC 87 Lip 25 Prot 35	18 Kcal 697 HC 76 Lip 25 Prot 46
Dilistak bertako barazkiekin Enpanadilak entsaladarekin Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Empanadillas con ensalada Fruta fresca	Arroza tomatearekin Oilasko izterra errea entsaladarekin Fruta freskoa Arroz con tomate Muslo de pollo asado con ensalada Fruta fresca	Indaba gorriak bertako barazkiekin Patata tortila labeen entsaladarekin Gazta txikia "la vaca que rie" Alubias rojas con verduras locales Tortilla de patata al horno con ensalada Quesitos la vaca que rie	Patata gisatuak Legatza saltsa berdean Fruta freskoa Patatas guisadas Merluza en salsa verde Fruta fresca	Bertako barazki krema Txahal gisatua barazki saltsan Jogurta Crema de verduras locales Guisado de ternera en salsa de verduras Yogur
21 Kcal 671 HC 66 Lip 28 Prot 42	22 Kcal 752 HC 116 Lip 17 Prot 38	23 Kcal 838 HC 85 Lip 46 Prot 24	24 Kcal 805 HC 99 Lip 21 Prot 60	25 Kcal 665 HC 79 Lip 22 Prot 39
Hegazti zopa fideoekin Sajoniazko solomoa entsaladarekin Jogurta Sopa de ave con fideos Lomo de sajonia con ensalada Yogur	Makarroiak bolognesa erara Legatza meniere eran Fruta freskoa Macarrones bolognesa Merluza meniere Fruta fresca	Bertako kui krema Albondigak patata frijituekin Fruta freskoa Crema de calabaza local Albondigas con patatas fritas Fruta fresca	Dilista erregosiak Bakailaoa arrautzaztatua piper gorriekin Fruta freskoa Lentejas estofadas Bacalao a la romana con pimientos rojos Fruta fresca	Porrusalda Oilasko petxuga entsaladarekin Aihoria Purrusalda Pechuga de pollo con ensalada Natillas
28 Kcal 655 HC 79 Lip 25 Prot 31	29 Kcal 888 HC 117 Lip 33 Prot 34	30 Kcal 914 HC 121 Lip 24 Prot 30		
Bertako barazki krema Legatz arrautzaztatua mahonesarekin Fruta ur-zukuetan Crema de verduras locales Merluza a la romana con mahonesa Fruta en almibar	Indaba zuriak bertako barazkiekin Urdaiazpiko kroketak entsaladarekin Jogurta Alubias blancas con verduras locales Croquetas de jamon con ensalada Yogur	Haragizko paella Hegaluze medailoia errioxar erara Fruta freskoa Paella de carne Medallon de bonito a la riojana Fruta fresca		