



ASTELEHENA / LUNES

10

- Makarroiak tomatearekin
- Macarrones con tomate
- Solomo freskoa letuxgarekin
- Lomo fresco con lechuga
- Sasoiko fruta
- Fruta de temporada

17

- Dilistak barazkiekin
- Lentejas con verduras
- Patata tortilla letxugarekin
- Tortilla de patatas con lechuga
- Sasoiko fruta
- Fruta de temporada

24

- Porrupatatak
- Puerros con patata
- Txahal lokal gisatua barazkiekin
- Ternera local guisada con verduras
- Sasoiko fruta
- Fruta de temporada

ASTEARTEA / MARTES

11

- Lekak patatekin
- Vainas con patatas
- Txahal albondiga lokalak espainiar saltsan
- Albóndigas de ternera locales en salsa española
- Marrubi izozkia
- Helado de fresa

18

- Azalorea olio errearekin
- Coliflor con refrito de ajos
- Pernil xerra arrautzetan txanpiekin
- Filete de pernil rebozado con champis
- Jogurta
- Yogur

25

- Paella nahasia
- Paella mixta
- Palometa piper saltsan
- Palometa en salsa de pimientos
- Jogurta
- Yogur

ASTEAZKENA / MIÉRCOLES

12

- Garbantzuak barazkiekin
- Garbanzos con verduras
- Etxeko tortilla frantsesa eta entsaladarekin
- Tortilla francesa casera y ensalada
- Sasoiko fruta
- Fruta de temporada

19

- Patatak errioxar erara
- Patatas a la riojana
- Legatza labean piperradarekin
- Merluza al horno con piperrada
- Sasoiko fruta
- Fruta de temporada

26

- Kalabazin purea
- Puré de calabacín
- Oilasko izter errea patata dadoekin
- Muslo de pollo con patata dado
- Sasoiko fruta
- Fruta de temporada

OSTEGUNA / JUEVES

13

- Kalabaza krema
- Crema de calabaza
- Oilasko gisatua
- Pollo guisado
- Jogurta
- Yogur

20

- Babarrun gorriak porru eta azenarioarekin
- Alubias rojas con puerro y zanahoria
- Oilasko bularkia entsaladaz
- Pechuga de pollo con ensalada
- Gazta irasagarraz
- Queso con membrillo

27

- Pasta barazki eta tomate saltsan
- Pasta con verduras y salsa de tomate
- Arrain freskoa saltsa berdean
- Pescado fresco en salsa verde
- Jogurta
- Yogur

OSTIRALA / VIERNES

14

- Babarrun zuriak barazkiekin
- Alubias blancas con verduras
- Bakailaoa arrautzetan piperradaz
- Bacalao rebozado con piperrada
- Sasoiko fruta
- Fruta de temporada

21

- Arroza tomatearekin
- Arroz con tomate
- Txahal hanburgesa lokalak barazki saltsan
- Hamburguesa de ternera local en salsa de verduras
- Sasoiko fruta
- Fruta de temporada

28

- Garbantzuak barazkiekin
- Garbanzos con verduras
- Arrautza lokal frijituak entsaladarekin
- Huevos fritos locales con ensalada
- Sasoiko fruta
- Fruta de temporada

OHARRA: Dieta gluten gabea dela ziurtatzeko, modu berezian prestatu edo erabiltzen diren jaki edo osagaiak laranja adierazita daude.

NOTA: En naranja se resaltan aquellos alimentos o ingredientes que se utilizan o preparan de forma especial, para garantizar que la dieta está exenta de gluten.



EGUN BERDEETAN
EKOLOGIKOA ETA/EDO
BERTAKOA JANGO DUGU.
LOS DÍAS VERDES
COMEMOS
ECOLÓGICO Y/O LOCAL.

