

1	2	3	4	5
Lekak olio errearekin Vainas con refrito	Babarrun txuriak barazkiekin Alubias blancas con verduras	Patatak errioxar erara Patatas a la riojana	Arroz tomatearekin Arroz con tomate	Kalabazin purea Puré de calabacín
Bakailaoa tomate saltsan Bacalao en salsa de tomate	Bertako txahal albondigak espainiar saltsan española Albóndigas de ternera local en salsa	Legatza plantxan limoiarekin Merluza a la plancha con limón	Urdaiazpiko tortilla entsaladarekin Tortilla de jamón con ensalada	Oilasko izter errea tomate xaflatua Muslo de pollo asado con tomate laminado
Sasoiko fruta Fruta de temporada	Bainila natilak edo fruta Natillas de vainilla o fruta	Sasoiko fruta Fruta de temporada	Sasoiko fruta Fruta de temporada	Sasoiko fruta Fruta de temporada
8	9	10	11	12
Dilista gisatuak Lentejas guisadas	Makarroiak tomatearekin Macarrones con tomate	Azenario purea Puré de zanahorias	Garbantzuak barazkiekin Garbanzos con verduras	Barazki menestra Menestra de verduras
Oilasko izter erreak Muslos de pollo asados	Bakailaoa Bizkaitar erara Bacalao a la vizcaina	Txerriki erregosia piperrekin Estofado de cerdo con pimientos	Bertako arrautza frijituak Huevos fritos locales	Arrain freskoa (merkatuaren arabera) labean bere zukuan Pescado fresco (según mercado) al horno en su jugo
Sasoiko fruta Fruta de temporada	Jogurt zaporeduna edo fruta Yogur de sabores o fruta	Sasoiko fruta Fruta de temporada	Sasoiko fruta Fruta de temporada	Sasoiko fruta Fruta de temporada
15	15	17	18	19
Barazki eta arrautza purea Puré de verduras y huevo	Barazki eta txahalki purea Puré de verduras y ternera	Barazki eta arrain purea Puré de verduras y pescado	ASTE SANTUA SEMANA SANTA	ASTE SANTUA SEMANA SANTA
Arrautza egosiak saltsan Huevos cocidos en salsa	Bertako txahal hanburgesak barazki saltsan Hamburguesas de ternera locaken salsa de verduras	Legatza salsa berdean Merluza en salsa verde		
Sasoiko fruta Fruta de temporada	Jogurt zaporeduna edo fruta Yogur de sabores o fruta	Sasoiko fruta Fruta de temporada		
22	23	24	25	26
ASTE SANTUA SEMANA SANTA	Barazki eta garbantzu purea Puré de verduras y garbanzos	Barazki eta arrain purea Puré de verduras y pescado	Barazki eta oilasko purea Puré de verduras y pollo	Barazki eta txahalki purea Puré de verduras y ternera
	Txerri xolomoa freskoa Lomo de cerdo	Bakailaoa plantxan Bacalao a la plancha	Oilasko bularkia plantxan Pechuga de pollo a la plancha	Bertako txahalki gisatua barazkiekin Guisado de ternera local con verduras
	Jogurt zaporeduna edo fruta Yogur de sabores o fruta	Sasoiko fruta Fruta de temporada	Sasoiko fruta Fruta de temporada	Sasoiko fruta Fruta de temporada
29	30			
Etzeko zopa fideoekin Sopa casera con fideos Oilasko bularkia plantxan piperrekin Pechuga de pollo a la plancha con pimientos	Azalorea olio errearekin Coliflor con refrito			
Sasoiko fruta Fruta de temporada	Patata tortilla Tortilla de patatas			
	Melokotoia urazukretan Melocotón en almíbar			

NOTAS

askóra

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**

		1	2	3
		LANGILEEN EGUNA EL DÍA DEL TRABAJADOR	4 barazki purea Puré 4 verduras	Garbantzu gisatuak Garbanzos guisados
			Legatza donostiar erara Merluza a la donostiarra	Indioilar gisatua Guiso de pavo
			Jogurta edateko zaporeduna edo fruta Yogur bebible de sabores o fruta	Sasoiko fruta Fruta de temporada
6	7	8	9	10
Makarroak txorizoarekin Macarrones con chorizo	Dilistak barazkieki Lentejas con verduras	Azenario purea Puré de zanahorias	Paella Paella mixta	Babarrun txuriak gisatuak Alubias blancas guisadas
Legatza saltsa berdean Merluza en salsa verde	Bertako txahal hamburgeresak saltsan Hamburguesas de ternera local en salsa	Oilasko izter erreak Muslos asados	Atuna tomaterarekin Atun con tomate	Tortilla frantsesa Tortilla francesa
Sasoiko fruta Fruta de temporada	Jogurta zaporeduna edo fruta Yogur de sabores o fruta	Sasoiko fruta Fruta de temporada	Sasoiko fruta Fruta de temporada	Sasoiko fruta Fruta de temporada
13	14	15	16	17
Barazki menestra Menestra de verduras	Garbantzuak barazkiekin Garbanzos con verduras	Kiribilkiak Milanesa erera Espirales a la Milanesa	Kalabaza purea Puré de calabaza	Babarrun gorriak barazkiekin Alubias rojas con verduras
Bertako txahalki gisatua Ternera guisada local	Oilasko bularkia plantxan entsaladarekin Pechuga de pollo a la plancha con ensalada	Legatza plantxan Merluza a la plancha	Tortilla patata Tortilla de patatas	Bakailaoa labean bere zukuari Bacalao al horno en su jugo
Sasoiko fruta Fruta de temporada	Jogurt naturala edo fruta Yogur natural o fruta	Sasoiko fruta Fruta de temporada	Gazta irasagarrarekin Queso con membrillo	Sasoiko fruta Fruta de temporada
20	21	22	23	24
Hiru deliziadun arroza Arroz tres delicias	Brokolia olio errearekin Brócoli con refrito de ajos	Pasta entsalada Ensalada de pasta	Dilista barazkiekin Lentejas con verduras	Kalabazin purea Puré de calabacín
Legatza saltsa berdean Merluza en salsa verde	Bertako txahal albondigak saltsan Albóndigas de ternera local en salsa	Tortilla frantsesa Tortilla francesa	Arrain freskoa (merkatuaren arabera) labean bere zukuari Pescado fresco (según mercado) al horno en su jugo	Txerri xerra plantxan Filete de cerdo a la plancha
Sasoiko fruta Fruta de temporada	Sasoiko fruta Fruta de temporada	Jogurt zaporeduna edo fruta Yogur de sabores o fruta	Sasoiko fruta Fruta de temporada	Sasoiko fruta Fruta de temporada
27	28	29	30	31
Porrupatatas Puerros con patatas	Babarrun gorriak barazkiekin Alubias rojas con verduras	Lekak patatekin Vainas con patatas	Espagetiak tomatearekin Espaguetis con tomate	Azenario purea Puré de zanahoria
Txahalki xerra tomatearekin Filete de ternera con tomate	Legatza labean Merluza al horno	Arrautza egosiak tomate saltsan Huevos cocidos con salsa de tomate	Oilasko izterrak erreak Muslos de pollo asadas	Legatza saltsa berdean Merluza en salsa verde
Sasoiko fruta Fruta de temporada	Bainilazko flana Flan de vainilla	Sasoiko fruta Fruta de temporada	Sasoiko fruta Fruta de temporada	Sasoiko fruta Fruta de temporada

NOTAS

askóra

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**

3	4	5	6	7
Dilistak gisatuak Lentejas guisadas Bakailaoa plantxan Bacalao a la plancha Sasoiko fruta Fruta de temporada	Makarroiak barazkiekin Macarrones con verduras Bertako txahal hamburgeresak tomatearekin Hamburguesas de ternera local con tomate Jogurt naturala edo fruta Yogur natural o fruta	Kalabazin purea Puré de calabacín Patata tortilla Tortilla de patatas Sasoiko fruta Fruta de temporada	Babarrun txuriak barazkiekin Alubias blancas con verduras Xolomoa plantxan Lomo de cedo a la plancha Sasoiko fruta Fruta de temporada	Arroza tomatearekin Arroz con tomate Arrain freskoa (merkatuaren arabera) labean bere zukuan Pescado fresco (según mercado) al horno en su jugo Sasoiko fruta Fruta de temporada
10	11	12	13	14
4 barazkien purea Puré de 4 verduras Legatza labean patata egosiekin Merluza al horno con patatas asadas Sasoiko fruta Fruta de temporada	Garbantzua barazkiekin Garbanzos con verduras Bertako arrautza egosiak Huevos cocidos locales Sasoiko fruta Fruta de temporada	Etzeko zopa fideoekin Sopa casera con fideos Bertako txahalki gisatua Ternera guisada local Sasoiko fruta Fruta de temporada	Brokolia olio errearekin Brócoli con sofrito Atuna tomatearekin Atun con tomate Natila Natilla	Dilista gisatuak Lentejas guisadas Oilasko ister errea Muslos de pollo Sasoiko fruta Fruta de temporada
17	18	19	20	21
Kiribilkiak txorizoarekin Espirales con chorizo Legatza plantxan Merluza a la plancha Sasoiko fruta Fruta de temporada	Kalabaza krema Crema de calabaza Bertako txahal albondigak barazki saltsan Albóndigas de ternera local en salsa de verduras Sasoiko fruta Fruta de temporada	Babarrun nabardunak barazkiekin Alubias pinta con verduras Oilasko hegoak tomate xaflatuarekin/izterrak Alas de pollo asadas con tomate laminado/contramuslos Sasoiko fruta Fruta de temporada	Arroza tomatearekin Arroz con tomate Bakailaoa labean bere zukuan Bacalao al horno en su jugo Natila Natilla	Entsalada nahasia / Zopa Entsalada mixta / Sopa Xolomo freskoa plantxan Lomo de cerdo a la plancha Sasoiko fruta Fruta de temporada
24	25	26	27	28
DONIENE SAN JUAN	Barazki eta txerriki purea Puré de verduras y cerdo Pernila Pernil Jogurt naturala edo fruta Yogur natural o fruta	Barazki eta garbantzua purea Puré de verduras y garbanzos Oilasko gisatua Guiso de pollo Sasoiko fruta Fruta de temporada	Barazki eta arrain purea Puré de verduras y pescado Bakailaoa plantxan limoiarekin Bacalao a la plancha con limón Sasoiko fruta Fruta de temporada	Barazki eta dilista purea Puré de verduras y lentejas Patata tortilla tomate saltsarekin Tortilla de patatas con salsa de tomate Sasoiko fruta Fruta de temporada

NOTAS

askóra

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**