

ASTELEHENA

ASTEARTEA

ASTEAZKENA

OSTEGUNA

OSTIRALA



ikono grafia

HEMEN
KLIK-atu



02



COLIFLOR CON PATATAS
FILETE DE PERNIL PLANCHA
TOMATE FRESCO
FRUTA
KCal. 757 H.C. 68 Lip. 41 P. 34

03

SOPA DE AVE Y COCIDO CON ESTRELLAS
ESTOFADO DE PAVO
VERDURITAS
FRUTA
KCal. 523 H.C. 73 Lip. 8 P. 42

04



ESPIRALES NAPOLITANA
SARDINAS CON
LECHUGA
FRUTA
KCal. 971 H.C. 138 Lip. 37 P. 27

05



GARBANZOS CON ESPINACAS
TORTILLA PATATA CON
TOMATE FRESCO
KCal. 779 H.C. 63 Lip. 43 P. 39

06

PURE DE ZANAHORIA
ZANCARRON DE TERNERA CON
PIPERRADA
FRUTA
KCal. 678 H.C. 76 Lip. 24 P. 42

09

PURE DE ESPINACAS
ALBONDIGAS EN SALSA CON
VERDURITAS
FRUTA
KCal. 760 H.C. 74 Lip. 39 P. 31

10

MACARRONES SALTEADOS CON
CHAMPIÑON Y CALABACIN
ATUN CON TOMATE
FRUTA
KCal. 873 H.C. 106 Lip. 33 P. 45

11



SOPA DE PESCADO
FILETE DE TERNERA EMPANADO
ENSALADA CUATRO ESTACIONES
YOGUR
KCal. 721 H.C. 63 Lip. 36 P. 38

12



ARROZ CON TOMATE
LENTEJAS ECOLOGICAS
FRUTA
KCal. 823 H.C. 154 Lip. 14 P. 30

13



ALUBIAS PINTAS DE LEON
MERLUZA FRESCA AL HORNO
PATATA PANADERA
FRUTA
KCal. 714 H.C. 95 Lip. 23 P. 38

16



PATATAS A LA RIOJANA
HUEVOS GRATINADOS
FRUTA
KCal. 831 H.C. 100 Lip. 35 P. 37

17

ALUBIAS BLANCAS
BACALAO AL AJOARRIERO
FRUTA
KCal. 684 H.C. 97 Lip. 17 P. 42

18



JUDIAS VERDES CON PATATAS
ESCALOPE DE POLLO CON SALSA
AGRIDULCE Y VERDURITAS ASIATICAS
TOMATE FRESCO
KCal. 701 H.C. 71 Lip. 31 P. 39

19



PURE DE ACELGAS
FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON
PATATA PANADERA
FRUTA
KCal. 626 H.C. 80 Lip. 24 P. 26

20



MACARRONES CON TOMATE
GUISADO DE TERNERA VERDURITAS
YOGUR
KCal. 809 H.C. 108 Lip. 22 P. 50

23

LENTEJAS
FILETE RUSO DE TERNERA EN SALSA
CON GUISANTES
FRUTA
KCal. 760 H.C. 98 Lip. 24 P. 42

24



CARACOLILLOS CON TOMATE
TORTILLA DE PATATAS
ENSALADA CUATRO ESTACIONES
FRUTA
KCal. 914 H.C. 126 Lip. 35 P. 30

25



GARBANZOS CON ARROZ INTEGRAL
MERLUZA FRESCA AL HORNO
LIMON
YOGUR
KCal. 691 H.C. 86 Lip. 24 P. 37

26



PURE DE CALABAZA
RAGOUT DE LOMO CON VERDURITAS
FRUTA
KCal. 668 H.C. 71 Lip. 27 P. 39

27

PAELLA VEGETAL
MUSLO DE POLLO ASADO
CHAMPIÑONES
FRUTA
KCal. 716 H.C. 109 Lip. 21 P. 30

30

PORRUSALDA
GUISADO DE PAVO
ZANAHORIA
FRUTA
KCal. 573 H.C. 71 Lip. 17 P. 36



hezkuntza
prolektua

HEMEN
KLIK-atu



HEMEN
KLIK-atu



HEMEN
KLIK-atu

IS