

1	2	3	4	5
Lekak olio errearekin Vainas con refrito	Babarrun txuriak barazkiekin Alubias blancas con verduras	Kalabaza purea Puré de calabaza	Arroz tomatearekin Arroz con tomate	Kalabazin purea Puré de calabacín
Urdaiazpiko tortilla entsaladarekin Tortilla de jamón con ensalada	Oilasko izter errea tomate xaflatua Muslo de pollo asado con tomate laminado	Albondigal espaniar saltsan Albóndigas en salsa española	Txerri xerra piperrekin Filetes de cerdo con pimientos	Legatza rebozatu limoiarekin Merluza rebozada con limón
Sasoiko fruta Fruta de temporada	Sasoiko fruta Fruta de temporada	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	Barazki menestra Menestra de verduras	Patatak errioxar erara (Ixorizorik gabe) Patatas a la riojana (sin chorizo)	Garbantzuak barazkiekin Garbanzos con verduras
Oilasko bulaarkia letxugarekin Pechuga de pollo con lechuga	Balailaoaa Bizkaitar erara Bacalao a la vizcaina	Txerriki erregosia piperrekin Estofado de cerdo con pimientos	Legatza labean txanpi tipulaztatuekin Merluza al horno con champis encebollados	Tortilla frantsesa tomate saltsan Tortilla francesa con salsa de tomate
Sasoiko fruta Fruta de temporada	Sasoiko fruta Fruta de temporada	Sasoiko fruta Fruta de temporada	Sasoiko fruta Fruta de temporada	Sasoiko fruta Fruta de temporada
15	15	17	18	19

## ASTE SANTUA /OPORRAK

22	23	24	25	26
----	----	----	----	----

## ASTE SANTUA /OPORRAK

29	30		
Etxeko zopa fideoekin Sopa casera con fideos	Azalorea olio errearekin Coliflor con refrito		
Oilasko bularkia plantxan piperrekin Pechuga de pollo a la plancha con pimientos	Patata tortilla entsaladarekin Tortilla de patatas con ensalada		
Irasagarrarekin Membrillo	Sasoiko fruta Fruta de temporada		

### NOTAS

**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 **leche**

		1	2	3
		LANGILEEN EGUNA EL DÍA DEL TRABAJADOR	4 barazki purea Puré 4 verduras  Indioilar gisatua Guiso de pavo  Sasoiko fruta Fruta de temporada	Garbantzua gisatuak Garbanzos guisados  Legatza donostiar erera Merluza a la donostiarra  Sasoiko fruta Fruta de temporada
6	7	8	9	10
Dilistak barazkiekin Lentejas con verduras	Makarroiak tomatearekin Macarrones con tomate	Azenario purea Puré de zanahorias	Paella Paella mixta	Babarrun txuriak gisatuak Alubias blancas guisadas
Kalabazin tortilla letxugarekin Tortilla de calabacín con lechuga	Bakailaoa labean bere saltsan Bacalao al horno en su jugo	Oilasko izter erreak txanpirekin Muslos asados con champis	Legatza salsa berdean Merluza en salsa verde	Salxitxa freskoak tomatearekin Salchichas frescas con tomate
Sasoiko fruta Fruta de temporada	Sasoiko fruta Fruta de temporada	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	Garbantzua barazkiekin Garbanzos con verduras	Kiribikiak Milanesa erera Espirales a la Milanesa	Kalabaza purea Puré de calabaza	Babarrun gorriak barazkiekin Alubias rojas con verduras
Hanburesak espaniar erera Hamburguesas a la española	Txerri xerra entsaladaz Filete de cerdo con ensalada	Oilasko bularkia txanpiñoi tipulaztatuarekin Pechuga de pollo con champiñones encebollados	Tortilla patata piperrekin Tortilla de patatas con pimientos	Legatza labean patata egosiekin Merluza al horno con patatas asadas
Sasoiko fruta Fruta de temporada	Sasoiko fruta Fruta de temporada	Sasoiko fruta Fruta de temporada	Sasoiko fruta Fruta de temporada	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
Tortilla frantsesa entsaladarekin Tortilla francesa con ensalada	Txahal biribikia lorezain saltsan Redondo de ternera en salsa jardinera	Oilasko bularkia letxugarekin Pechuga de pollo con lechuga	Atuna tomate saltsan Atún en salsa de tomate	Txerri xerra rebozatua piperrekin Filete de cerdo rebozada y pimientos.
Sasoiko fruta Fruta de temporada	Sasoiko fruta Fruta de temporada	Sasoiko fruta Fruta de temporada	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
Albóndigak tomatearekin Albóndigas con tomate	Legatza labean mahonesarekin Merluza al horno con mahonesa	Arrautza egosiak saltsarekin Huevos cocidos en salsa	Oilasko hegoak tomate xafatuarekin/izterrak Alas de pollo asadas con tomate laminado/contramuslos	Txerri tunka gisatua Cabezada de cerdo guisada
Sasoiko fruta Fruta de temporada	Sasoiko fruta Fruta de temporada	Sasoiko fruta Fruta de temporada	Sasoiko fruta Fruta de temporada	Sasoiko fruta Fruta de temporada

NOTAS

3	4	5	6	7
Dilistak gisatuak Lentejas guisadas	Makarroiak barazkiekin Macarrones con verduras	Kalabazin purea Puré de calabacín	Babarrun txuriak barazkiekin Alubias blancas con verduras	Arroza tomatearekin Arroz con tomate
Oilasko maukak letxugarekin Bocaditos de pollo con lechuga	Legatza labean bere saltsan Merluza al horno en su jugo	Patata tortilla entsaladarekin Tortilla de patatas con ensalada	Xolomoa piperrekin Lomo de cedo con pimientos	Arrain freskoa (merkatuaren arabera) labean bere zukuan Pescado fresco (según mercado) al horno en su jugo
Sasoiko fruta Fruta de temporada	Sasoiko fruta Fruta de temporada	Sasoiko fruta Fruta de temporada	Sasoiko fruta Fruta de temporada	Sasoiko fruta Fruta de temporada
10	11	12	13	14
4 barazkien purea Puré de 4 verduras	Garbantzuak barazkiekin Garbanzos con verduras	Etxeko zopa fideoekin Sopa casera con fideos	Brokolia olio errearekin Brócoli con sofrito	Dilista gisatuak Lentejas guisadas
Bularkia errebozatu tomatearekin Pechugas rebozada con tomate	Tortilla frantsesa txanpiñoiekin Tortilla francesa con champis	Hanburesak saltsan Hamburguesas en salsa	Legatza labean patata egosiekin Merluza al horno con patatas asadas	Oilasko ister errea piperrekin Muslos de pollo con pimientos
Sasoiko fruta Fruta de temporada	Sasoiko fruta Fruta de temporada	Sasoiko fruta Fruta de temporada	Sasoiko fruta Fruta de temporada	Sasoiko fruta Fruta de temporada
17	18	19	20	21
Kiribilkiak tomatearekin Espirales con tomate	Kalabaza krema Crema de calabaza	Babarrun nabardunak barazkiekin Alubias pinta con verduras	Arroza tomatearekin Arroz con tomate	Entsalada nahasia / Zopa Ensalada mixta / Sopa
Txerri tunka rebozatu piper berdeekin Cabezada de cerdo rebozada y pimientos verdes	Legatza rebozatu mahonesarekin Merluza rebozada con mahonesa	Kalabazin tortilla letxugarekin Tortilla de calabacín con lechuga	Oilasko hegoak letxugarekin Alas de pollo con lechuga	Xolomo freskoa plantxan Lomo de cerdo a la plancha
Sasoiko fruta Fruta de temporada	Sasoiko fruta Fruta de temporada	Sasoiko fruta Fruta de temporada	Sasoiko fruta Fruta de temporada	Sasoiko fruta Fruta de temporada

NOTAS

**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 **leche**