



ASTELEHENA / LUNES		ASTEARTEA / MARTES		ASTEAZKENA / MIERCOLES		OSTEGUNA / JUEVES		OSTIRALA / VIERNES	
						1		2	
JAIA		JAIA		JAIA		JAIA		JAIA	
FIESTA		FIESTA		FIESTA		FIESTA		FIESTA	
5		6		7		8		9	
JAIA		JAIA		JAIA		JAIA		JAIA	
FIESTA		FIESTA		FIESTA		FIESTA		FIESTA	
12 Kcal 775 HC 79 Lip 36 Prot 30		13 Kcal 727 HC 119 Lip 18 Prot 28		14 Kcal 629 HC 84 Lip 24 Prot 21		15 Kcal 661 HC 98 Lip 13 Prot 43		16 Kcal 762 HC 97 Lip 22 Prot 49	
Lekak patatekin Hanburgesa jardinerera erara Fruta freskoa Vainas con patatas Hamburguesa a la jardinerera Fruta fresca		Barazki paela Legatza marinela saltsan Fruta freskoa Paella vegetal Merluza en salsa marinera Fruta fresca		Porru eta espinaka krema ogi integrala txigortuarekin Patata tortila entsaladarekin Gazta txikia "la vaca que rie" eta irasagarra Crema de puerros y espinacas con picatostes integrales Tortilla de patata con ensalada Quesito la vaca que rie con membrillo		Karakolilloak tomatearekin Oilasko bularkia piper gorriekin Fruta freskoa Caracolillos con tomate Pechuga de pollo con pimientos rojos Fruta fresca		Indaba gorriak bertako barazkiekin Bakailaoa erromatar erara entsaladarekin Fruta freskoa Alubias rojas con verduras locales Bacalao a la romana con ensalada Fruta fresca	
Arroza - Arraina - Yogurra Arroz - Pescado - Yogur		Krema - Arraultz - Yogurra Crema - Huevo - Yogur		Pasta - Haragi - Fruta Pasta - Carne - Fruta		Krema - Arraina - Esnekia Crema - Pescado - Lácteo		Arroza - Hegazti - Yogurra Arroz - Ave - Yogur	
19 Kcal 877 HC 85 Lip 45 Prot 36		20 Kcal 693 HC 75 Lip 33 Prot 28		21 Kcal 881 HC 180 Lip 11 Prot 18		22 Kcal 727 HC 78 Lip 22 Prot 40		23 Kcal 878 HC 99 Lip 27 Prot 63	
Brokolia patatekin Hegazti saltxitxa freskoak egosiak tomate saltsan Fruta freskoa Brocoli con patatas Salchichas frescas de ave cocidas con salsa de tomate Fruta fresca		Porrusalda Euskolabel arrautz frijituak entsaladarekin Etxeko jogurta Purrusalda Huevos fritos euskolabel con ensalada Yogur casero		Dilistak bertako barazkiekin Arroza integrala bertoko barazkiekin Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Arroz integral con verduras locales Fruta fresca		Bertako kui krema Hegalaburra errioxar erara Fruta freskoa Crema de calabaza local Atun a la riojana Fruta fresca		Makarroiak italiar erara Oilasko izterra entsaladarekin Fruta freskoa Macarrones italiana Muslo de pollo con ensalada Fruta fresca	
Pasta - Arraultz - Yogurra Pasta - Huevo - Yogur		Entsalada - Arraina - Fruta Ensalada - Pescado - Fruta		Barazki - Hegazti - Yogurra Verdura - Ave - Yogur		Arroza - Haragi - Yogurra Arroz - Carne - Yogur		Krema - Arraina - Yogurra Crema - Pescado - Yogur	
26 Kcal 874 HC 143 Lip 29 Prot 20		27 Kcal 668 HC 92 Lip 25 Prot 22		28 Kcal 732 HC 88 Lip 20 Prot 53		29 Kcal 668 HC 82 Lip 18 Prot 47		30 Kcal 810 HC 98 Lip 27 Prot 47	
Arroza tomatearekin Enpanadilak entsaladarekin Fruta freskoa Arroz con tomate Empanadillas con ensalada Fruta fresca		Bertako barazki krema Patata tortila entsaladarekin Etxeko arroz-esnea Crema de verduras locales Tortilla de patata con ensalada Arroz con leche casero		Txitxirioak bertako barazkiekin Solomo freskoa kuitxo eta azenariorekin Fruta freskoa Garbanzos con verduras locales Lomo fresco con calabacín y zanahoria Fruta fresca		Patatak errioxar erara Indioilar gisatua txanpiñoiekin Fruta freskoa Patatas a la riojana Pavo guisado con champiñones Fruta fresca		Indaba gorriak odolostearrekin Legatza saltsa berdean Fruta freskoa Cocido de alubias rojas Merluza fresca en salsa verde Fruta fresca	
Zopa - Haragi - Yogurra Sopa - Carne - Yogur		Arroza - Arraina - Fruta Arroz - Pescado - Fruta		Arroza - Arraina - Yogurra Arroz - Pescado - Yogur		Barazki - Arraultz - Yogurra Verdura - Huevo - Yogur		Krema - Hegazti - Yogurra Crema - Ave - Yogur	





ASTELEHENA / LUNES		ASTEARTEA / MARTES		ASTEAZKENA / MIERCOLES		OSTEGUNA / JUEVES		OSTIRALA / VIERNES	
3	Kcal 698 Lip 12 HC 121 Prot 31	4	Kcal 952 Lip 55 HC 81 Prot 35	5	Kcal 785 Lip 26 HC 96 Prot 45	6	Kcal 695 Lip 29 HC 81 Prot 31	7	Kcal 705 Lip 25 HC 82 Prot 39
	Dilistak arroza integralarekin Leka salteatuak Fruta freskoa Lentejas con arroz integral Vainas salteadas Fruta fresca		Pasta entsalada Hegazti saltxitxa freskoak egosiak tomate saltsan Etxeko natillak Ensalada de pasta Salchichas frescas de ave cocidas con salsa de tomate Natillas caseras		Indaba txuriak bertako kalabazarekin Legatz arrautzaztatua mahonesarekin Fruta freskoa Alubias blancas con calabaza local Merluza a la romana con mahonesa Fruta fresca		Hegazti zopa fideo integralekin Patata tortila hegalaburrarekin eta entsaladarekin Fruta freskoa Sopa de ave con fideos integrales Tortilla de patata y atun con ensalada Fruta fresca		Porrusalda krema Txerri giarra labeen jardinerera Fruta freskoa Crema de purrusalda Guiarra de cerdo al horno a la jardinerera Fruta fresca
Zopa - Arraina - Esnekia Sopa - Pescado - Lácteo		Krema - Arraultz - Fruta Crema - Huevo - Fruta		Barazki - Hegazti - Yogurra Verdura - Ave - Yogur		Krema - Haragi - Yogurra Crema - Carne - Yogur		Zopa - Arraina - Yogurra Sopa - Pescado - Yogur	
10	Kcal 989 Lip 46 HC 113 Prot 34	11	Kcal 832 Lip 29 HC 99 Prot 44	12	Kcal 697 Lip 25 HC 76 Prot 46	13	Kcal 705 Lip 15 HC 109 Prot 33	14	Kcal 643 Lip 29 HC 67 Prot 22
	Espagetiak italiar erara Haragi bolak piper gorriekin Fruta freskoa Espaguetis italiana Albondigas con pimientos rojos Fruta fresca		Garbantzu erregosiak Makailoa labeen entsaladarekin Fruta freskoa Garbanzos estofados Bacalao al horno con ensalada Fruta fresca		Barazki krema Euskolabel txahal gisatua barazki saltsan Etxeko jogurta Crema de verduras Guisado de ternera euskolabel en salsa de verduras Yogur casero		Dilistak bertako barazkiekin Legatza freskoa entsaladarekin Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Merluza fresca con ensalada Fruta fresca		Barazki menestra Arrautz frijituak patata frijituekin Fruta freskoa Menestra de verduras Huevos fritos con patatas fritas Fruta fresca
Barazki - Arraina - Yogurra Verdura - Pescado - Yogur		Zopa - Hegazti - Yogurra Sopa - Ave - Yogur		Pasta - Arraina - Fruta Pasta - Pescado - Fruta		Krema - Haragi - Yogurra Crema - Carne - Yogur		Zopa - Arraultz - Yogurra Sopa - Huevo - Yogur	
17	Kcal 742 Lip 22 HC 71 Prot 40	18	Kcal 848 Lip 29 HC 136 Prot 17	19	Kcal 781 Lip 25 HC 109 Prot 36	20	Kcal 684 Lip 25 HC 79 Prot 39	21	Kcal 767 Lip 20 HC 106 Prot 45
	Barazki menestra Hegalaburra errioxar erara Fruta freskoa Menestra de verduras Atun a la riojana Fruta fresca		Integral arroza tomaterekin San jakoboa entsaladarekin Fruta freskoa Arroz integral con tomate San jacoboa con ensalada Fruta fresca		Indaba gorriak bertako barazkiekin Patata tortila urdaiazpikoarekin eta entsaladarekin Fruta freskoa Alubias rojas con verduras locales Tortilla de patata y jamon york con ensalada Fruta fresca		Bertako kui krema ogi txigortuarekin Oilasko bularkia jardinerara Izozkia Crema de calabaza local con picatostes Pechuga de pollo a la jardinerera Helado		Garbantzu erregosiak Legatza meniere eran Fruta freskoa Garbanzos estofados Merluza meniere Fruta fresca
Zopa - Haragi - Yogurra Sopa - Carne - Yogur		Barazki - Arraina - Esnekia Verdura - Pescado - Lácteo		Krema - Haragi - Yogurra Crema - Carne - Yogur		Pasta - Arraultz - Fruta Pasta - Huevo - Fruta		Barazki - Hegazti - Yogurra Verdura - Ave - Yogur	
24	Kcal 798 Lip 23 HC 128 Prot 20	25	Kcal 669 Lip 13 HC 108 Prot 34	26	Kcal 694 Lip 26 HC 87 Prot 29	27	Kcal 822 Lip 19 HC 108 Prot 57	28	Kcal 845 Lip 23 HC 104 Prot 38
	Dilistak bertako barazkiekin Patata tortila entsaladarekin Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Tortilla de patata con ensalada Fruta fresca		Barazki paela Makailoa labeen entsaladarekin Fruta freskoa Paella vegetal Bacalao al horno con ensalada Fruta fresca		Porru eta espinaka krema ogi integrala txigortuarekin Oilasko hegalak patatekin Fruta freskoa Crema de puerros y espinacas con picatostes integrales Alitas de pollo con patatas Fruta fresca		Karakolilloak italiar erara Indioilar gisatua txanpiñoi eta azenarioekin Gazta txikia "la vaca que rie" eta irasagarra Caracolillos italiana Pavo guisado con zanahoria y champiñon Quesito la vaca que rie con membrillo		Patatak saltsa berdean Errusiar xerra perretxikoekin Fruta freskoa Patatas en salsa verde Filete ruso con champiñones Fruta fresca
Barazki - Arraina - Yogurra Verdura - Pescado - Yogur		Patata - Hegazti - Yogurra Patata - Ave - Yogur		Arroza - Haragi - Yogurra Arroz - Carne - Yogur		Barazki - Arraultz - Fruta Verdura - Huevo - Fruta		Krema - Arraultz - Esnekia Crema - Huevo - Lácteo	
31	Kcal 717 Lip 32 HC 65 Prot 45								
	Kanpera entsalada Solomo adobatuta patata frijituarekin Fruta freskoa Ensalada campera Lomo adobado con patatas fritas Fruta fresca								
Patata - Arraina - Yogurra Patata - Pescado - Yogur									





ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES	
	1 Kcal 892 HC 89 Lip 48 Prot 28 Bertako barazki krema Haragi bolak saltsan jardinera erara Izozkia Crema de verduras locales Albondigas a la jardinera Helado	2 Kcal 867 HC 100 Lip 23 Prot 53 Indaba zuriak bertako barazkiekin Hegalaburra errioxar erara Fruta freskoa Alubias blancas con verduras locales Atun a la riojana Fruta fresca	3 Kcal 752 HC 105 Lip 17 Prot 48 Integral makarroiak tomatekin Indioilar petxuga entsaladarekin Fruta freskoa Macarrones integrales con tomate Pechuga de pavo con ensalada Fruta fresca	4 Kcal 796 HC 87 Lip 35 Prot 37 Txitxirioak bertako barazkiekin Arrautz frijituak entsaladarekin Fruta freskoa Garbanzos con verduras locales Huevos fritos con ensalada Fruta fresca	
	7 Kcal 765 HC 123 Lip 15 Prot 31 Dilistak arroza integralarekin Barazki menestra Fruta freskoa Lentejas con arroz integral Menestra de verduras Fruta fresca	8 Kcal 620 HC 87 Lip 23 Prot 19 Bertako kui krema Patata tortila entsaladarekin Fruta freskoa Crema de calabaza local Tortilla de patata con ensalada Fruta fresca	9 Kcal 863 HC 114 Lip 28 Prot 45 Espiralak tomatearekin Legatz arrautzaztatua mahonesarekin Fruta freskoa Espirales con tomate Merluza a la romana con mahonesa Fruta fresca	10 Kcal 847 HC 81 Lip 31 Prot 63 Patatak errioxar erara Oilasko izterra entsaladarekin Etxeko jogurta Patatas a la riojana Muslo de pollo con ensalada Yogur casero	11 Kcal 797 HC 98 Lip 26 Prot 45 Indaba gorria erregosiak Makailoa labean piper gorriekin Fruta freskoa Alubias rojas estofadas Bacalao al horno con pimientos rojos Fruta fresca
14 Kcal 751 HC 73 Lip 36 Prot 29 Lekak patatekin Hanburgesa txanpiñoiekin Fruta freskoa Vainas con patatas Hamburguesa con champiñones Fruta fresca	15 Kcal 789 HC 93 Lip 26 Prot 48 Txitxirioak bertako barazkiekin Txahal xerra plantxan entsaladarekin Fruta freskoa Garbanzos con verduras locales Filete de ternera a la plancha con ensalada Fruta fresca	16 Kcal 690 HC 93 Lip 28 Prot 17 Bertako barazki krema Oilasko kroketak entsaladarekin Fruta freskoa Crema de verduras locales Croquetas de pollo con ensalada Fruta fresca	17 Kcal 736 HC 96 Lip 25 Prot 40 Integral makarroiak tomatekin Legatza saltsa berdean Gazta txikia "la vaca que rie" Macarrones integrales con tomate Merluza fresca en salsa verde Quesitos la vaca que rie	18 Kcal 732 HC 106 Lip 27 Prot 19 Fideo zopa Patata tortila entsaladarekin Postre berezia Sopa de fideo Tortilla de patata con ensalada Postre especial	
21 JAIA FIESTA	22 JAIA FIESTA	23 JAIA FIESTA	24 JAIA FIESTA	25 JAIA FIESTA	
28 JAIA FIESTA	29 JAIA FIESTA	30 JAIA FIESTA			

