




ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
		1 Kcal 862 HC 113 Lip 38 Prot 27 Patatak errioxar erara Hegaluze-enpanadillak entsaladarekin Edateko jogurta Patatas a la riojana Empanadillas de bonito con ensalada Yogur bebible	2 Kcal 768 HC 106 Lip 16 Prot 54 Garbantzuak bertako barazkiekin Meniere bakailaoa Fruta freskoa Garbanzos con verduras locales Bacalao meniere Fruta fresca	3 Kcal 901 HC 97 Lip 43 Prot 34 Brokolia patatekin Albondigak jardineran Fruta freskoa Brocoli con patatas Albondigas a la jardinera Fruta fresca
		Krema - Arraultz - Fruta Crema - Huevo - Fruta	Barazki - Haragi - Esnekia Verdura - Carne - Lácteo	Arroza - Arraina - Yogurra Arroz - Pescado - Yogur
6 Kcal 692 HC 88 Lip 19 Prot 44	7 Kcal 797 HC 117 Lip 26 Prot 29	8 Kcal 566 HC 69 Lip 15 Prot 42	9 Kcal 732 HC 55 Lip 30 Prot 62	10 Kcal 867 HC 100 Lip 23 Prot 53
Dilistak bertako barazkiekin Legatza arrautzatzatua entsaladarekin Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Merluza a la romana con ensalada Fruta fresca	Makarroiak italiar erara Patata tortila entsaladarekin Fruta freskoa Macarrones italiana Tortilla de patata con ensalada Fruta fresca	Barazki-krema Indioilar gisatua barazki saltsan Jogurta Crema de verduras Pavo guisado en salsa de verduras Yogur	Landako-entsalada Oilasko-izterra piper gorriekin Fruta freskoa Ensalada campera Muslo de pollo con pimientos rojos Fruta fresca	Babarrun zuriak bertako barazkiekin Hegalaburra errioxako erara Fruta freskoa Alubias blancas con verduras locales Atun a la riojana Fruta fresca
Barazki - Arraina - Yogurra Verdura - Pescado - Yogur	Zopa - Haragi - Yogurra Sopa - Carne - Yogur	Pasta - Arraina - Fruta Pasta - Pescado - Fruta	Entsalada - Arraultz - Esnekia Ensalada - Huevo - Lácteo	Krema - Hegazti - Yogurra Crema - Ave - Yogur
13 Kcal 699 HC 79 Lip 22 Prot 43	14 Kcal 788 HC 152 Lip 8 Prot 32	15 Kcal 784 HC 98 Lip 31 Prot 32	16 Kcal 800 HC 100 Lip 26 Prot 46	17 Kcal 736 HC 70 Lip 37 Prot 34
Lekak patatekin Solomo ontzutua txanpinoiekin Izozkia Vainas con patatas Lomo adobado con champiñones Helado	 Dilistak bertako barazkiekin Barazki-paella Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Paella vegetal Fruta fresca	Espagetiak tomatearekin Tortila frantsesa txorizo eta entsaladarekin Fruta freskoa Espaguetis con tomate Tortilla francesa de chorizo con ensalada Fruta fresca	Babarrun gorrien eltzekoa Legatza saltsa berdean Fruta freskoa Cocido de alubias rojas Merluza en salsa verde Fruta fresca	Bertako barazki-krema Txahal-hanburgesa 100% entsaladarekin Fruta freskoa Crema de verduras locales Hamburguesa 100% ternera con ensalada Fruta fresca
Zopa - Arraina - Yogurra Sopa - Pescado - Yogur	Patata - Arraina - Yogurra Patata - Pescado - Yogur	Barazki - Arraina - Yogurra Verdura - Pescado - Yogur	Krema - Hegazti - Yogurra Crema - Ave - Yogur	Arroza - Arraultz - Esnekia Arroz - Huevo - Lácteo
20 Kcal 720 HC 76 Lip 26 Prot 39	21 Kcal 725 HC 106 Lip 25 Prot 27	22	23	24
Barazki-menestra Txerri-giarra labean jardineran erara Fruta freskoa Menestra de verduras Guiarra de cerdo al horno a la jardinera Fruta fresca	Makarroiak tomatearekin Patata tortila entsaladarekin Gazta txikia "la vaca que rie" Macarrones con tomate Tortilla de patata con ensalada Quesitos la vaca que rie	JAIA FIESTA	JAIA FIESTA	JAIA FIESTA
Arroza - Arraina - Esnekia Arroz - Pescado - Lácteo	Barazki - Haragi - Yogurra Verdura - Carne - Yogur			
27	28	29	30	
JAIA FIESTA	JAIA FIESTA	JAIA FIESTA	JAIA FIESTA	



ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
		1 Kcal 810 HC 119 Lip 32 Prot 18	2 Kcal 768 HC 106 Lip 16 Prot 54	3 Kcal 770 HC 87 Lip 20 Prot 64
		Patata gisatuak (gg) Hegaluze-enpanadillak entsaladarekin Edateko jogurta Patatas guisadas (gg) Empanadillas de bonito con ensalada Yogur bebible	Garbantzauak bertako barazkiekin Meniere bakailaoa Fruta freskoa Garbanzos con verduras locales Bacalao meniere Fruta fresca	Brokolia patatekin Oilasko-izterra jardinerara Fruta freskoa Brocoli con patatas Muslo de pollo a la jardinerara Fruta fresca
6 Kcal 692 HC 88 Lip 19 Prot 44	7 Kcal 749 HC 117 Lip 22 Prot 25	8 Kcal 697 HC 76 Lip 25 Prot 46	9 Kcal 732 HC 55 Lip 30 Prot 62	10 Kcal 867 HC 100 Lip 23 Prot 53
Dilistak bertako barazkiekin Legatza arrautzatzatua entsaladarekin Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Merluza a la romana con ensalada Fruta fresca	Makarroiak tomatearekin Patata tortila entsaladarekin Fruta freskoa Macarrones con tomate Tortilla de patata con ensalada Fruta fresca	Barazki-krema Txahal-gisatuak barazki-saltsan Jogurta Crema de verduras Guisado de ternera en salsa de verduras Yogur	Landako-entsalada Oilasko-izterra piper gorriekin Fruta freskoa Ensalada campera Muslo de pollo con pimientos rojos Fruta fresca	Babarrun zuriak bertako barazkiekin Hegalaburra errioxako erara Fruta freskoa Alubias blancas con verduras locales Atun a la riojana Fruta fresca
Barazki - Arraina - Yogurra Verdura - Pescado - Yogur	Zopa - Haragi - Yogurra Sopa - Carne - Yogur	Pasta - Arraina - Fruta Pasta - Pescado - Fruta	Entsalada - Arraultz - Esnekia Ensalada - Huevo - Lácteo	Krema - Hegazti - Yogurra Crema - Ave - Yogur
13 Kcal 667 HC 74 Lip 20 Prot 46	14 Kcal 788 HC 152 Lip 8 Prot 32	15 Kcal 752 HC 98 Lip 29 Prot 29	16 Kcal 881 HC 110 Lip 31 Prot 42	17 Kcal 736 HC 70 Lip 37 Prot 34
Lekak patatekin Indioilar gisatuak txanpinoekin Izozkia Vainas con patatas Pavo guisado con champiñones Helado	Dilistak bertako barazkiekin Barazki-paella Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Paella vegetal Fruta fresca	Espagetiak tomatearekin Tortila frantsesa entsaladarekin Fruta freskoa Espaguetis con tomate Tortilla francesa con ensalada Fruta fresca	Babarrun gorriak bertako barazkiekin Legatza freskoa saltsa berdean Fruta freskoa Alubias rojas con verduras locales Merluza fresca en salsa verde Fruta fresca	Bertako barazki-krema Txahal-hanburgesa 100% entsaladarekin Fruta freskoa Crema de verduras locales Hamburguesa 100% ternera con ensalada Fruta fresca
Zopa - Arraina - Yogurra Sopa - Pescado - Yogur	Patata - Arraina - Yogurra Patata - Pescado - Yogur	Barazki - Arraina - Yogurra Verdura - Pescado - Yogur	Krema - Hegazti - Yogurra Crema - Ave - Yogur	Arroza - Arraultz - Esnekia Arroz - Huevo - Lácteo
20 Kcal 586 HC 61 Lip 19 Prot 36	21 Kcal 725 HC 106 Lip 25 Prot 27	22	23	24
Barazki-menestra Oilasko-bularkia jardinerara Fruta freskoa Menestra de verduras Pechuga de pollo a la jardinerara Fruta fresca	Makarroiak tomatearekin Patata tortila entsaladarekin Gazta txikia "la vaca que rie" Macarrones con tomate Tortilla de patata con ensalada Quesitos la vaca que rie	JAIA FIESTA	JAIA FIESTA	JAIA FIESTA
Arroza - Arraina - Esnekia Arroz - Pescado - Lácteo	Barazki - Haragi - Yogurra Verdura - Carne - Yogur			
27	28	29	30	
JAIA FIESTA	JAIA FIESTA	JAIA FIESTA	JAIA FIESTA	





ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
		1 Kcal 810 HC 119 Lip 32 Prot 18	2 Kcal 783 HC 110 Lip 16 Prot 54	3 Kcal 806 HC 99 Lip 28 Prot 44
		Patata gisatuak (gg) Hegaluze-enpanadillak entsaladarekin Edateko jogurta Patatas guisadas (gg) Empanadillas de bonito con ensalada Yogur bebible	Garbantzuak bertako kalabazarekin Meniere bakailaoa Fruta freskoa Garbanzos con calabaza local Bacalao meniere Fruta fresca	Brokolia patatekin Tofu arrautzatzatua saltsan jardinerarekin Fruta freskoa Brocoli con patatas Tofu rebozado en salsa con jardinera Fruta fresca
		Entsalada - Prot. Vegetala - Fruta Ensalada - Prot. Vegetal - Fruta	Pasta - Barazki - Yogurra Pasta - Verdura - Yogur	Arroza - Barazki - Esnekia Arroz - Verdura - Lácteo
6 Kcal 692 HC 88 Lip 19 Prot 44	7 Kcal 749 HC 117 Lip 22 Prot 25	8 Kcal 669 HC 83 Lip 26 Prot 25	9 Kcal 707 HC 70 Lip 36 Prot 30	10 Kcal 902 HC 103 Lip 24 Prot 55
Dilistak bertako barazkiekin Legatza arrautzatzatua entsaladarekin Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Merluza a la romana con ensalada Fruta fresca	Makarroiak tomatearekin Patata tortila entsaladarekin Fruta freskoa Macarrones con tomate Tortilla de patata con ensalada Fruta fresca	Barazki-krema Landare xerra arrautzatzatua patata frijituekin Jogurta Crema de verduras Filete vegetal a la romana con patatas fritas Yogur	Landako-entsalada Paisana tortila entsaladarekin Fruta freskoa Ensalada campera Tortilla paisana con ensalada Fruta fresca	Babarrun zuriak bertako barazkiekin Hegalaburra errioxako erara Edateko jogurta Alubias blancas con verduras locales Atun a la riojana Yogur bebible
Arroza - Barazki - Esnekia Arroz - Verdura - Lácteo	Entsalada - Barazki - Esnekia Ensalada - Verdura - Lácteo	Patata - Arraultz - Fruta Patata - Huevo - Fruta	Zopa - Barazki - Yogurra Sopa - Verdura - Yogur	Barazki - Prot. Vegetala - Esnekia Verdura - Prot. Vegetal - Lácteo
13 Kcal 738 HC 77 Lip 29 Prot 39	14 Kcal 661 HC 104 Lip 10 Prot 30	15 Kcal 728 HC 87 Lip 32 Prot 32	16 Kcal 881 HC 110 Lip 31 Prot 42	17 Kcal 615 HC 85 Lip 23 Prot 20
Lekak patatekin Tofu arrautzatzatua saltsan txanpinoiekin Jogurta Vainas con patatas Tofu rebozado en salsa con champiñones Yogur	Dilistak bertako barazkiekin Barazki-menestra Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Menestra de verduras Fruta fresca	Espagetiak tomatearekin Tortila frantsesa entsaladarekin Gazta txikia "la vaca que rie" Espaguetis con tomate Tortilla francesa con ensalada Quesitos la vaca que rie	Babarrun gorriak bertako barazkiekin Legatza freskoa saltsa berdean Fruta freskoa Alubias rojas con verduras locales Merluza fresca en salsa verde Fruta fresca	Bertako barazki-krema Patata tortila entsaladarekin Fruta freskoa Crema de verduras locales Tortilla de patata con ensalada Fruta fresca
Entsalada - Barazki - Fruta Ensalada - Verdura - Fruta	Krema - Prot. Vegetala - Esnekia Crema - Prot. Vegetal - Lácteo	Entsalada - Barazki - Fruta Ensalada - Verdura - Fruta	Zopa - Barazki - Yogurra Sopa - Verdura - Yogur	Entsalada - Barazki - Esnekia Ensalada - Verdura - Lácteo
20 Kcal 661 HC 104 Lip 10 Prot 30	21 Kcal 725 HC 106 Lip 25 Prot 27	22	23	24
Barazki-menestra Dilistak bertako barazkiekin Fruta freskoa Menestra de verduras Lentejas con verduras locales Fruta fresca	Makarroiak tomatearekin Patata tortila entsaladarekin Gazta txikia "la vaca que rie" Macarrones con tomate Tortilla de patata con ensalada Quesitos la vaca que rie	JAIA FIESTA	JAIA FIESTA	JAIA FIESTA
27	28	29	30	
JAIA FIESTA	JAIA FIESTA	JAIA FIESTA	JAIA FIESTA	

