




| ASTELEHENA / LUNES | | | | ASTEARTEA / MARTES | | | | ASTEAZKENA / MIERCOLES | | | | OSTEGUNA / JUEVES | | | | OSTIRALA / VIERNES | | | | | | | | |
|--|------|-----|------|---|-----------|------|-----|---|-----|-----------|------|--|------|-----|-----------|--|-----|------|-----|-----------|------|-----|------|-----|
| 1 | Kcal | 873 | HC | 136 | 2 | Kcal | 687 | HC | 83 | 3 | Kcal | 955 | HC | 98 | 4 | Kcal | 797 | HC | 117 | 5 | Kcal | 683 | HC | 69 |
| | Lip | 28 | Prot | 17 | | Lip | 26 | Prot | 33 | | Lip | 46 | Prot | 41 | | Lip | 26 | Prot | 29 | | Lip | 31 | Prot | 35 |
| <p>Dilistak bertako barazkiekin Oilasko kroketak entsaladarekin Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Croquetas de pollo con ensalada Fruta fresca</p> | | | | <p>Patata gisatuak Legatz arrautzaztatua entsaladarekin Fruta freskoa Patatas guisadas Merluza a la romana con ensalada Fruta fresca</p> | | | | <p>Indaba gorriak bertako barazkiekin Hegazti saltxitxa freskoak egosiak tomate saltsan Edateko jogurra Alubias rojas con verduras locales Salchichas frescas de ave cocidas con salsa de tomate Yogur bebible</p> | | | | <p>Makarroiak italiar erara Patata tortila labean entsaladarekin Fruta freskoa Macarrones italiana Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta fresca</p> | | | | <p>Porru eta espinaka krema Txahal-hanburguesa txanpiñoekin Fruta freskoa Crema de puerros y espinacas Hamburguesa 100% ternera con champiñones Fruta fresca</p> | | | | | | | | |
| <p>Krema - Arraina - Yogurra Crema - Pescado - Yogur</p> | | | | <p>Barazki - Hegazti - Esnekia Verdura - Ave - Lácteo</p> | | | | <p>Zopa - Arrautz - Fruta Sopa - Huevo - Fruta</p> | | | | <p>Krema - Haragi - Yogurra Crema - Carne - Yogur</p> | | | | <p>Patata - Arraina - Yogurra Patata - Pescado - Yogur</p> | | | | | | | | |
| 8 | Kcal | 739 | HC | 91 | 9 | Kcal | 653 | HC | 81 | 10 | Kcal | 782 | HC | 101 | 11 | Kcal | 950 | HC | 128 | 12 | Kcal | 697 | HC | 76 |
| | Lip | 26 | Prot | 38 | | Lip | 26 | Prot | 26 | | Lip | 19 | Prot | 56 | | Lip | 36 | Prot | 32 | | Lip | 25 | Prot | 46 |
| <p>Patatak errioxar erara Legatza saltsa berdean Fruta freskoa Patatas a la riojana Merluza en salsa verde Fruta fresca</p> | | | | <p>Hegazti zopa fideoekin Patata tortila labean entsaladarekin Fruta freskoa Sopa de ave con fideos Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta fresca</p> | | | | <p>Indaba zuriak bertako barazkiekin Bakailaoa arrautzaztatua piper gorriekin Fruta freskoa Alubias blancas con verduras locales Bacalao a la romana con pimientos rojos Fruta fresca</p> | | | | <p>Arroza tomatearekin Frankfurt saltxitxak entsaladarekin Fruta freskoa Arroz con tomate Frankfurt con ensalada Fruta fresca</p> | | | | <p> Barazki krema Txahal gisatua barazki saltsan Jogurta Crema de verduras Guisado de ternera en salsa de verduras Yogur</p> | | | | | | | | |
| <p>Arroza - Arraina - Yogurra Arroz - Pescado - Yogur</p> | | | | <p>Zopa - Haragi - Yogurra Sopa - Carne - Yogur</p> | | | | <p>Barazki - Arraina - Yogurra Verdura - Pescado - Yogur</p> | | | | <p>Krema - Hegazti - Yogurra Crema - Ave - Yogur</p> | | | | <p>Barazki - Arrautz - Fruta Verdura - Huevo - Fruta</p> | | | | | | | | |
| 15 | Kcal | 982 | HC | 78 | 16 | Kcal | 667 | HC | 76 | 17 | Kcal | 822 | HC | 92 | 18 | Kcal | 793 | HC | 117 | 19 | | | | |
| | Lip | 46 | Prot | 66 | | Lip | 19 | Prot | 47 | | Lip | 30 | Prot | 48 | | Lip | 20 | Prot | 41 | | | | | |
| <p>Marmitakoa Oilasko izterra errea entsaladarekin Fruta freskoa Marmitako Muslo de pollo asado con ensalada Fruta fresca</p> | | | | <p>Lekak patatekin Bakailaoa arrautzaztatua piper gorriekin Fruta freskoa Vainas con patatas Bacalao a la romana con pimientos rojos Fruta fresca</p> | | | | <p>Txitxirioak bertako barazkiekin Txahal xerra ogi arrailetan pasatuta entsaladarekin Gazta txikia "la vaca que rie" eta irasagarra Garbanzos con verduras locales Filete de ternera empanado con ensalada Quesito la vaca que rie con membrillo</p> | | | | <p>Makarroiak italiar erara Legatza marinela saltsan Fruta freskoa Macarrones italiana Merluza fresca en salsa marinera Fruta fresca</p> | | | | <p>JAIA FIESTA</p> | | | | | | | | |
| <p>Entsalada - Arraina - Yogurra Ensalada - Pescado - Yogur</p> | | | | <p>Arroza - Arrautz - Yogurra Arroz - Huevo - Yogur</p> | | | | <p>Barazki - Haragi - Fruta Verdura - Carne - Fruta</p> | | | | <p>Krema - Hegazti - Esnekia Crema - Ave - Lácteo</p> | | | | | | | | | | | | |
| 22 | Kcal | 719 | HC | 73 | 23 | Kcal | 900 | HC | 138 | 24 | Kcal | 650 | HC | 82 | 25 | Kcal | 867 | HC | 100 | 26 | Kcal | 724 | HC | 101 |
| | Lip | 24 | Prot | 46 | | Lip | 34 | Prot | 22 | | Lip | 21 | Prot | 36 | | Lip | 23 | Prot | 53 | | Lip | 16 | Prot | 47 |
| <p>Barazki menestra Txahal gisatua jardinerara erara Aihoria Menestra de verduras Guisado de ternera a la jardinerara Natillas</p> | | | | <p>Haragizko paella Hegalaburrezko enpanadillak entsaladarekin Fruta freskoa Paella de carne Empanadillas de bonito con ensalada Fruta fresca</p> | | | | <p>Porrusalda krema Solomo adobatuta entsaladarekin Fruta ur-zukuetan Crema de purrusalda Lomo adobado con ensalada Fruta en almibar</p> | | | | <p>Indaba zuriak bertako barazkiekin Hegalaburra errioxar erara Fruta freskoa Alubias blancas con verduras locales Atun a la riojana Fruta fresca</p> | | | | <p>Makarroiak bolognesa erara Indioilar gisatua barazki saltsan Fruta freskoa Macarrones bolognesa Pavo guisado en salsa de verduras Fruta fresca</p> | | | | | | | | |
| <p>Entsalada - Arraina - Fruta Ensalada - Pescado - Fruta</p> | | | | <p>Zopa - Arrautz - Esnekia Sopa - Huevo - Lácteo</p> | | | | <p>Arroza - Arraina - Fruta Arroz - Pescado - Fruta</p> | | | | <p>Barazki - Haragi - Yogurra Verdura - Carne - Yogur</p> | | | | <p>Krema - Arraina - Yogurra Crema - Pescado - Yogur</p> | | | | | | | | |
| 29 | Kcal | 849 | HC | 117 | 30 | Kcal | 802 | HC | 76 | 31 | Kcal | 750 | HC | 110 | | | | | | | | | | |
| | Lip | 26 | Prot | 37 | | Lip | 44 | Prot | 28 | | Lip | 20 | Prot | 36 | | | | | | | | | | |
| <p>Dilistak bertako barazkiekin Txahal xerra ogi arrailetan pasatuta entsaladarekin Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Filete de ternera empanado con ensalada Fruta fresca</p> | | | | <p>Porru eta espinaka krema Haragi bolak txanpiñoekin Jogurta Crema de puerros y espinacas Albondigas con champiñones Yogur</p> | | | | <p>Makarroiak tomatearekin Legatza saltsa berdean Fruta freskoa Macarrones con tomate Merluza en salsa verde Fruta fresca</p> | | | | | | | | | | | | | | | | |
| <p>Krema - Arraina - Yogurra Crema - Pescado - Yogur</p> | | | | <p>Pasta - Arrautz - Fruta Pasta - Huevo - Fruta</p> | | | | <p>Barazki - Arraina - Esnekia Verdura - Pescado - Lácteo</p> | | | | | | | | | | | | | | | | |