



ASTELEHENA / LUNES					ASTEARTEA / MARTES					ASTEAZKENA / MIERCOLES					OSTEGUNA / JUEVES					OSTIRALA / VIERNES				
2 Kcal 775 HC 134 Lip 16 Prot 30					3 Kcal 823 HC 101 Lip 28 Prot 46					4 Kcal 749 HC 117 Lip 22 Prot 25					5 Kcal 755 HC 99 Lip 19 Prot 49					6 Kcal 856 HC 98 Lip 31 Prot 51				
Porru eta ziazerba-krema Haragi lasagna Sasoiko fruta Crema de puerros y espinacas Lasaña de carne Fruta de temporada					Indaba zuriak bertako barazkiekin Legatza arrautzaztatua entsaladarekin Sasoiko fruta Alubias blancas con verduras locales Merluza a la romana con ensalada Fruta de temporada					Makarroi integralak tomatekin Patata tortila entsaladarekin Sasoiko fruta Macarrones integrales con tomate Tortilla de patata con ensalada Fruta de temporada					Garbantzuk bertako kalabazarekin Solomo ontzutua hiru koloretako barazkiekin Sasoiko fruta Garbanzos con calabaza local Lomo adobado con hortalizas tricolor Fruta de temporada					Patatak errioxar erara Izokina Esnekia Patatas a la riojana Salmón Lacteo				
Arroza - Hegazti - Jogurta Arroz - Ave - Yogur					Zopa - Haragi - Jogurta Sopa - Carne - Yogur					Entsalada - Arraina - Jogurta Ensalada - Pescado - Yogur					Barazki - Hegazti - Jogurta Verdura - Ave - Yogur					Krema - Arraultz - Fruta Crema - Huevo - Fruta				
9 Kcal 876 HC 106 Lip 40 Prot 40					10 Kcal 865 HC 108 Lip 21 Prot 44					11 Kcal 769 HC 95 Lip 25 Prot 46					12 Kcal 614 HC 75 Lip 18 Prot 39					13 Kcal 743 HC 118 Lip 19 Prot 30				
Kirikilak tomatearekin Arrautz frijituak patata frijituekin Sasoiko fruta Espirales con tomate Huevo frito con patatas fritas Fruta de temporada					Berdel marmitakoa Hamburgesa mixtoa Sasoiko fruta Marmitako de caballa Hamburguesa mixta Fruta de temporada					Dilista erregosiak Abadira arrautzaztatua entsaladarekin Sasoiko fruta Lentejas estofadas Abadejo a la romana con ensalada Fruta de temporada					Porrusalda krema Oilasko-bularkia patata frijituekin Esnekia Crema de purrusalda Pechuga de pollo con patatas fritas Lacteo					Haragi-paella integrala Legatza errioxar erara Sasoiko fruta Paella integral de carne Merluza a la riojana Fruta de temporada				
Barazki - Arraina - Jogurta Verdura - Pescado - Yogur					Krema - Arraultz - Jogurta Crema - Huevo - Yogur					Arroza - Hegazti - Jogurta Arroz - Ave - Yogur					Zopa - Arraina - Fruta Sopa - Pescado - Fruta					Entsalada - Haragi - Jogurta Ensalada - Carne - Yogur				
16 Kcal HC Lip Prot					17 Kcal HC Lip Prot					18 Kcal 808 HC 94 Lip 33 Prot 37					19 Kcal 704 HC 67 Lip 25 Prot 55					20 Kcal 690 HC 112 Lip 20 Prot 33				
Jaia Fiesta					Jaia Fiesta					Babarrun gorrien lapikokoa Arrautza frijituak patata frijituekin Sasoiko fruta Cocido de alubias rojas Huevos fritos con patatas fritas Fruta de temporada					Bertako barazki-krema Oilasko-izterra entsaladarekin Sasoiko fruta Crema de verduras locales Muslo de pollo con ensalada Fruta de temporada					Makarroi integralak tomatekin Izokina labean maionesarekin Sasoiko fruta Macarrones integrales con tomate Salmon al horno con mahonesa Fruta de temporada				
										Patata - Hegazti - Esnekia Patata - Ave - Lácteo					Arroza - Arraina - Jogurta Arroz - Pescado - Yogur					Barazki - Haragi - Jogurta Verdura - Carne - Yogur				
23 Kcal 838 HC 85 Lip 46 Prot 24					24 Kcal 774 HC 106 Lip 15 Prot 57					25 Kcal 849 HC 123 Lip 23 Prot 43					26 Kcal 727 HC 92 Lip 29 Prot 20					27 Kcal 823 HC 87 Lip 36 Prot 41				
Bertako kalabaza-krema Behi- eta txerri-albondigak patata frijituekin Sasoiko fruta Crema de calabaza local Albondigas de vacuno y cerdo con patatas fritas Fruta de temporada					Dilistak arroza integralarekin Indioilar gisatua kalabazin eta azenarioekin Esnekia Lentejas con arroz integral Pavo guisado con calabacin y zanahoria Lacteo					Arroza tomatearekin Abadejoa saltsa berdean Sasoiko fruta Arroz con tomate Abadejo en salsa verde Fruta de temporada					Menu berezia/ Menú especial Zopa Frijituak Sorpresa! Sopa Frituras Sorpresa!					Garbantzuk bertako barazkiekin Patata Tortila entsaladarekin Sasoiko fruta Garbanzos con verduras locales Tortilla de patata con ensalada Fruta de temporada				
Pasta - Arraina - Jogurta Pasta - Pescado - Yogur					Patata - Arraultz - Fruta Patata - Huevo - Fruta					Krema - Haragi - Jogurta Crema - Carne - Yogur										Barazki - Hegazti - Esnekia Verdura - Ave - Lácteo				