



| ASTELEHENA / LUNES | | | | ASTEARTEA / MARTES | | | | ASTEAZKENA / MIERCOLES | | | | OSTEGUNA / JUEVES | | | | OSTIRALA / VIERNES | | | | | | | | |
|--|------|-----|------|---|-----------|------|-----|---|-----|-----------|------|---|------|-----|-----------|--|-----|------|-----|-----------|------|-----|------|-----|
| 2 | Kcal | 734 | HC | 80 | 3 | Kcal | 836 | HC | 105 | 4 | Kcal | 758 | HC | 105 | 5 | Kcal | 716 | HC | 90 | 6 | Kcal | 989 | HC | 79 |
| | Lip | 36 | Prot | 25 | | Lip | 33 | Prot | 33 | | Lip | 20 | Prot | 48 | | Lip | 19 | Prot | 47 | | Lip | 47 | Prot | 66 |
| Bertako kalabaza-krema Behi- eta txerri-hanburgesa tomate saltsarekin (kh) Fruta sasoikoa Crema de calabaza local Hamburguesa de vacuno y cerdo con salsa de tomate (cm) Fruta de temporada | | | | Indaba zuriak bertako barazkiekin Patata eta txorizo tortila labean entsaladarekin (kh) Fruta sasoikoa Alubias blancas con verduras locales Tortilla de patata y chorizo al horno con ensalada (cm) Fruta de temporada | | | | Barazki-paella Txahal-gisatua jardinera erara (kh) Gazta txikia "la vaca que rie" Paella vegetal Guisado de ternera a la jardinera (cm) Quesitos la vaca que rie | | | | Dilistak barazkiekin (kh) Arrain freskoa saltsa berdean (kh) Fruta sasoikoa Lentejas con verduras (cm) Pescado fresco en salsa verde (cm) Fruta de temporada | | | | Marmitakoa Oilasko-izterra errea entsaladarekin Fruta sasoikoa Marmitako Muslo de pollo asado con ensalada Fruta de temporada | | | | | | | | |
| Arroza - Arraina - Yogurra Arroz - Pescado - Yogur | | | | Barazki - Arraina - Yogurra Verdura - Pescado - Yogur | | | | Entsalada - Arraultz - Fruta Ensalada - Huevo - Fruta | | | | Krema - Hegazti - Yogurra Crema - Ave - Yogur | | | | Entsalada - Arraultz - Yogurra Ensalada - Huevo - Yogur | | | | | | | | |
| 9 | Kcal | 790 | HC | 107 | 10 | Kcal | 755 | HC | 99 | 11 | Kcal | 697 | HC | 76 | 12 | | | | | 13 | Kcal | 808 | HC | 109 |
| | Lip | 25 | Prot | 39 | | Lip | 19 | Prot | 49 | | Lip | 25 | Prot | 46 | | | | | | | Lip | 27 | Prot | 37 |
| Makarroi integralak italiar erara Legatza arrautzatzatua entsaladarekin Fruta sasoikoa Macarrones integrales italiana Merluza a la romana con ensalada Fruta de temporada | | | | Garbantzuk kalabazarekin (kh) Solomo ontzutua txanpinoiekin Fruta sasoikoa Garbanzos con calabaza (cm) Lomo adobado con champiñones Fruta de temporada | | | | Barazki-krema (kh) Txahal-gisatua barazki-saltsan (kh) Jogurta Crema de verduras (cm) Guisado de ternera en salsa de verduras (cm) Yogur | | | | JAIA FIESTA | | | | Indaba zuriak bertako barazkiekin Patata eta hegalabur tortila labean entsaladarekin (kh) Fruta sasoikoa Alubias blancas con verduras locales Tortilla de patata y atun al horno con ensalada (cm) Fruta de temporada Barazki - Hegazti - Yogurra Verdura - Ave - Yogur | | | | | | | | |
| Pasta - Arraultz - Esnekia Pasta - Huevo - Lácteo | | | | Barazki - Arraina - Yogurra Verdura - Pescado - Yogur | | | | Zopa - Arraultz - Fruta Sopa - Huevo - Fruta | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 16 | Kcal | 731 | HC | 92 | 17 | Kcal | 724 | HC | 99 | 18 | Kcal | 742 | HC | 70 | 19 | Kcal | 870 | HC | 106 | 20 | Kcal | 711 | HC | 89 |
| | Lip | 32 | Prot | 18 | | Lip | 20 | Prot | 39 | | Lip | 37 | Prot | 34 | | Lip | 30 | Prot | 48 | | Lip | 19 | Prot | 49 |
| Barazki-menestra Hegaluze-enpanadillak entsaladarekin (kh) Fruta sasoikoa Menestra de verduras Empanadillas de bonito con ensalada (cm) Fruta de temporada | | | | Indaba gorriak barazkiekin (kh) Legatza marinela saltsan (kh) Fruta sasoikoa Alubias rojas con verduras (cm) Merluza en salsa marinera (cm) Fruta de temporada | | | | Porru- eta ziazerba-krema (kh) Behi-hanburgesa 100% entsaladarekin (kh) Fruta sasoikoa Crema de puerros y espinacas (cm) Hamburguesa 100% vacuno con ensalada (cm) Fruta de temporada | | | | Makarroiak tomatearekin (kh) Bakailaoa arrautzatzatua maionesarekin Fruta sasoikoa Macarrones con tomate (cm) Bacalao a la romana con mahonesa Fruta de temporada | | | | Patatak errioxar erara Indioilar gisatua kalabazin eta azenarioekin Edateko jogurta Patatas a la riojana Pavo guisado con calabacin y zanahoria Yogur bebible | | | | | | | | |
| Arroza - Haragi - Yogurra Arroz - Carne - Yogur | | | | Zopa - Barazki - Yogurra Sopa - Verdura - Yogur | | | | Entsalada - Arraultz - Yogurra Ensalada - Huevo - Yogur | | | | Entsalada - Barazki - Fruta Ensalada - Verdura - Fruta | | | | Barazki - Arraina - Fruta Verdura - Pescado - Fruta | | | | | | | | |
| 23 | Kcal | 788 | HC | 152 | 24 | Kcal | 674 | HC | 71 | 25 | Kcal | 652 | HC | 81 | 26 | Kcal | 844 | HC | 123 | 27 | Kcal | 727 | HC | 78 |
| | Lip | 8 | Prot | 32 | | Lip | 27 | Prot | 38 | | Lip | 26 | Prot | 33 | | Lip | 24 | Prot | 39 | | Lip | 22 | Prot | 40 |
| Dilistak barazkiekin (kh) Barazki-paella (kh) Fruta sasoikoa Lentejas con verduras (cm) Paella vegetal (cm) Fruta de temporada | | | | Hegazti-zopa fideoekin Legatza arrautzatzatua entsaladarekin (kh) Jogurta Sopa de ave con fideos Merluza a la romana con ensalada (cm) Yogur | | | | Lekak patatekin Hegazti-albondigak txanpinoiekin Fruta sasoikoa Vainas con patatas Albondigas de ave con champiñon Fruta de temporada | | | | Arroza tomatearekin (kh) Txahal-xerra ogi birrineztatua entsaladarekin (kh) Fruta sasoikoa Arroz con tomate (cm) Filete de ternera empanado con ensalada (cm) Fruta de temporada | | | | Bertako kalabaza-krema Hegalaburra errioxako erara Fruta sasoikoa Crema de calabaza local Atun a la riojana Fruta de temporada | | | | | | | | |
| Pasta - Barazki - Yogurra Pasta - Verdura - Yogur | | | | Barazki - Hegazti - Yogurra Verdura - Ave - Yogur | | | | Arroza - Arraina - Yogurra Arroz - Pescado - Yogur | | | | Zopa - Arraultz - Yogurra Sopa - Huevo - Yogur | | | | Patata - Hegazti - Yogurra Patata - Ave - Yogur | | | | | | | | |
| 30 | Kcal | 865 | HC | 104 | 31 | Kcal | 782 | HC | 110 | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Lip | 37 | Prot | 34 | | Lip | 22 | Prot | 41 | | | | | | | | | | | | | | | |
| Garbantzuk erregosiak (kh) Patata tortila labean entsaladarekin Fruta sasoikoa Garbanzos estofados (cm) Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta de temporada | | | | Makarroi integralak bolognesa (kh) Legatza arrautzatzatua piper gorriekin Fruta sasoikoa Macarrones integrales bolognesa (cm) Merluza a la romana con pimientos rojos Fruta de temporada | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Krema - Haragi - Yogurra Crema - Carne - Yogur | | | | Barazki - Hegazti - Yogurra Verdura - Ave - Yogur | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |