



ekaina - junio 2025



| ASTELEHENA / LUNES                                                                                                                                                                                                 |             |           |            |          | ASTEARTEA / MARTES                                                                                                                                                                               |             |           |            |           | ASTEAZKENA / MIERCOLES                                                                                                                                                                                                         |             |           |            |          | OSTEGUNA / JUEVES                                                                                                                                                                                                           |             |           |            |           | OSTIRALA / VIERNES                                                                                                                                                                                                                   |             |           |            |          |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|-----------|------------|----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|-----------|------------|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|-----------|------------|----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|-----------|------------|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|-----------|------------|----------|
| 2                                                                                                                                                                                                                  | Kcal<br>Lip | 865<br>37 | HC<br>Prot | 96<br>37 | 3                                                                                                                                                                                                | Kcal<br>Lip | 646<br>22 | HC<br>Prot | 76<br>34  | 4                                                                                                                                                                                                                              | Kcal<br>Lip | 728<br>14 | HC<br>Prot | 99<br>55 | 5                                                                                                                                                                                                                           | Kcal<br>Lip | 859<br>31 | HC<br>Prot | 115<br>36 | 6                                                                                                                                                                                                                                    | Kcal<br>Lip | 697<br>25 | HC<br>Prot | 76<br>46 |
| Dilistak barazkiekin (kh)<br>Patata eta txorizo tortila labean entsaladarekin (kh)<br>Sasoiko fruta<br>Lentejas con verduras (cm)<br>Tortilla de patata y chorizo al horno con ensalada (cm)<br>Fruta de temporada |             |           |            |          | Lekak patatekin<br>Izokina errioxar erara (kh)<br>Sasoiko fruta<br>Vainas con patatas<br>Salmon a la riojana (cm)<br>Fruta de temporada                                                          |             |           |            |           | Indaba gorriak bertako barazkiekin<br>Oilasko-bularkia azenario eta txanpinoiekin<br>Sasoiko fruta<br>Alubias rojas con verduras locales<br>Pechuga de pollo con zanahoria y champiñon<br>Fruta de temporada                   |             |           |            |          | Haragi-paella (kh)<br>Arrain freskoa arrautzaztatua maionesarekin<br>Sasoiko fruta<br>Paella de carne (cm)<br>Pescado fresco a la romana con mahonesa<br>Fruta de temporada                                                 |             |           |            |           | <br>Barazki-krema<br>Txahal-gisatua barazki-saltsan (kh)<br>Jogurta<br>Crema de verduras<br>Guisado de ternera en salsa de verduras (cm)<br>Yogur |             |           |            |          |
| Entsalada - Haragi - Esnekia<br>Ensalada - Carne - Lácteo                                                                                                                                                          |             |           |            |          | Pasta - Arraultz - Jogurta<br>Pasta - Huevo - Yogur                                                                                                                                              |             |           |            |           | Barazki - Arraultz - Esnekia<br>Verdura - Huevo - Lácteo                                                                                                                                                                       |             |           |            |          | Zopa - Hegazti - Jogurta<br>Sopa - Ave - Yogur                                                                                                                                                                              |             |           |            |           | Arroza - Arraina - Fruta<br>Arroz - Pescado - Fruta                                                                                                                                                                                  |             |           |            |          |
| 9                                                                                                                                                                                                                  | Kcal<br>Lip | 835<br>44 | HC<br>Prot | 77<br>33 | 10                                                                                                                                                                                               | Kcal<br>Lip | 669<br>30 | HC<br>Prot | 67<br>33  | 11                                                                                                                                                                                                                             | Kcal<br>Lip | 897<br>41 | HC<br>Prot | 98<br>34 | 12                                                                                                                                                                                                                          | Kcal<br>Lip | 758<br>20 | HC<br>Prot | 116<br>17 | 13                                                                                                                                                                                                                                   | Kcal<br>Lip | 765<br>33 | HC<br>Prot | 91<br>30 |
| Hegazti-zopa fideoekin<br>100% behi-hanburgesa patata frijituekin<br>Sasoiko fruta<br>Sopa de ave con fideos<br>Hamburguesa 100% vacuno con patatas fritas (cm)<br>Fruta de temporada                              |             |           |            |          | Barazki-krema lekaleekin (kh)<br>Izokina saltsa berdean (kh)<br>Aihoria<br>Crema de verduras y legumbre (cm)<br>Salmon en salsa verde (cm)<br>Natillas                                           |             |           |            |           | Garbantzuak bertako barazkiekin (kh)<br>Patata eta txorizo tortila labean entsaladarekin (kh)<br>Sasoiko fruta<br>Garbanzos con verduras (cm)<br>Tortilla de patata y chorizo al horno con ensalada (cm)<br>Fruta de temporada |             |           |            |          | Makarroi integralak tomatekin (kh)<br>Hegazti-albondigak jardineran<br>Sasoiko fruta<br>Macarrones integrales con tomate (cm)<br>Albondigas de ave a la jardinera<br>Fruta de temporada                                     |             |           |            |           | Patata gisatuak<br>Solomo ontzutua<br>entsaladarekin<br>Sasoiko fruta<br>Patatas guisadas<br>Lomo adobado con ensalada<br>Fruta de temporada                                                                                         |             |           |            |          |
| Barazki - Arraultz - Esnekia<br>Verdura - Huevo - Lácteo                                                                                                                                                           |             |           |            |          | Arroza - Hegazti - Fruta<br>Arroz - Ave - Fruta                                                                                                                                                  |             |           |            |           | Zopa - Arraina - Jogurta<br>Sopa - Pescado - Yogur                                                                                                                                                                             |             |           |            |          | Barazki - Arraina - Jogurta<br>Verdura - Pescado - Yogur                                                                                                                                                                    |             |           |            |           | Entsalada - Hegazti - Esnekia<br>Ensalada - Ave - Lácteo                                                                                                                                                                             |             |           |            |          |
| 16                                                                                                                                                                                                                 | Kcal<br>Lip | 709<br>32 | HC<br>Prot | 95<br>19 | 17                                                                                                                                                                                               | Kcal<br>Lip | 808<br>31 | HC<br>Prot | 103<br>32 | 18                                                                                                                                                                                                                             | Kcal<br>Lip | 687<br>29 | HC<br>Prot | 70<br>35 | 19                                                                                                                                                                                                                          | Kcal<br>Lip | 785<br>7  | HC<br>Prot | 152<br>33 | 20                                                                                                                                                                                                                                   | Kcal<br>Lip | 702<br>25 | HC<br>Prot | 89<br>34 |
| Porru eta ziazerba-krema<br>Hegaluze-enpanadillak entsaladarekin<br>Sasoiko fruta<br>Crema de puerros y espinacas<br>Empanadillas de bonito con ensalada<br>Fruta de temporada                                     |             |           |            |          | Babarrun zuriak barazkiekin<br>Patata tortila labean entsaladarekin (kh)<br>Sasoiko fruta<br>Alubias blancas con verduras<br>Tortilla de patata al horno con ensalada (cm)<br>Fruta de temporada |             |           |            |           | Barazki-menestra<br>Txahal-xerra ogi birrineztatua piper gorriekin<br>Esnea<br>Menestra de verduras<br>Filete de ternera empanado con pimientos rojos (cm)<br>Leche                                                            |             |           |            |          | <br>Dilistak barazkiekin (kh)<br>Barazki-paella<br>Sasoiko fruta<br>Lentejas con verduras (cm)<br>Paella vegetal<br>Fruta de temporada |             |           |            |           | Patatak errioxar erara<br>Legatza marinela saltsan (kh)<br>Sasoiko fruta<br>Patatas a la riojana<br>Merluza en salsa marinera (cm)<br>Fruta de temporada                                                                             |             |           |            |          |
| Zopa - Arraultz - Jogurta<br>Sopa - Huevo - Yogur                                                                                                                                                                  |             |           |            |          | Entsalada - Haragi - Fruta<br>Ensalada - Carne - Fruta                                                                                                                                           |             |           |            |           | Pasta - Hegazti - Fruta<br>Pasta - Ave - Fruta                                                                                                                                                                                 |             |           |            |          | Patata - Arraina - Jogurta<br>Patata - Pescado - Yogur                                                                                                                                                                      |             |           |            |           | Barazki - Arraina - Esnekia<br>Verdura - Pescado - Lácteo                                                                                                                                                                            |             |           |            |          |
| 23                                                                                                                                                                                                                 |             |           |            |          | 24                                                                                                                                                                                               |             |           |            |           | 25                                                                                                                                                                                                                             |             |           |            |          | 26                                                                                                                                                                                                                          |             |           |            |           | 27                                                                                                                                                                                                                                   |             |           |            |          |
| JAIA                                                                                                                                                                                                               |             |           |            |          | JAIA                                                                                                                                                                                             |             |           |            |           | JAIA                                                                                                                                                                                                                           |             |           |            |          | JAIA                                                                                                                                                                                                                        |             |           |            |           | JAIA                                                                                                                                                                                                                                 |             |           |            |          |
| FIESTA                                                                                                                                                                                                             |             |           |            |          | FIESTA                                                                                                                                                                                           |             |           |            |           | FIESTA                                                                                                                                                                                                                         |             |           |            |          | FIESTA                                                                                                                                                                                                                      |             |           |            |           | FIESTA                                                                                                                                                                                                                               |             |           |            |          |
| 30                                                                                                                                                                                                                 |             |           |            |          |                                                                                                                                                                                                  |             |           |            |           |                                                                                                                                                                                                                                |             |           |            |          |                                                                                                                                                                                                                             |             |           |            |           |                                                                                                                                                                                                                                      |             |           |            |          |
| JAIA                                                                                                                                                                                                               |             |           |            |          |                                                                                                                                                                                                  |             |           |            |           |                                                                                                                                                                                                                                |             |           |            |          |                                                                                                                                                                                                                             |             |           |            |           |                                                                                                                                                                                                                                      |             |           |            |          |
| FIESTA                                                                                                                                                                                                             |             |           |            |          |                                                                                                                                                                                                  |             |           |            |           |                                                                                                                                                                                                                                |             |           |            |          |                                                                                                                                                                                                                             |             |           |            |           |                                                                                                                                                                                                                                      |             |           |            |          |

