

















ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
3 Kcal 913 HC 112 Lip 22 Prot 41 Dilistak arroza integralarekin Hegaluze medailoia errioxar erara Fruta freskoa Lentejas con arroz integral Medallon de bonito a la riojana Fruta fresca	4 Kcal 736 HC 94 Lip 18 Prot 52  Brokolia patatekin Indioilar gisatua jardinera erara Aihoria Brocoli con patatas Pavo guisado a la jardinera Natillas	5 Kcal 866 HC 103 Lip 31 Prot 48 Garbantzu erregosiak Legatza saltsa berdean Fruta freskoa Garbanzos estofados Merluza en salsa verde Fruta fresca	6 JAIA FIESTA	7 Kcal 783 HC 119 Lip 26 Prot 24  Makarroiak tomatearekin Patata tortila entsaladarekin Fruta freskoa Macarrones con tomate Tortilla de patata con ensalada Fruta fresca
Krema - Arraultz - Yogurra Crema - Huevo - Yogur	Zopa - Arraina - Fruta Sopa - Pescado - Fruta	Barazki - Hegazti - Yogurra Verdura - Ave - Yogur		Entsalada - Haragi - Yogurra Ensalada - Carne - Yogur
10 Kcal 818 HC 87 Lip 42 Prot 25  Bertako barazki krema Albondigak saltsan jardinera erara Fruta ur-zukuetan Crema de verduras locales Albondigas a la jardinera Fruta en almibar	11 Kcal 806 HC 127 Lip 15 Prot 47  Paella mixtoa Bakailaoa meniere eran Fruta freskoa Paella mixta Bacalao meniere Fruta fresca	12 Kcal 731 HC 85 Lip 25 Prot 46  Porrusalda Txahal gisatua barazki saltsan Jogurta Purrusalda Guisado de ternera en salsa de verduras Yogur	13 Kcal 665 HC 80 Lip 22 Prot 38  Fideo zopa Oilasko izterra patata purearekin Fruta freskoa Sopa de fideo Muslo de pollo con pure de patata Fruta fresca	14 Kcal 844 HC 113 Lip 30 Prot 34  Indaba zuriak bertako barazkiekin Legatza palitoak entsaladarekin Edateko yogurra Alubias blancas con verduras locales Palitos de merluza con ensalada Yogur bebible
Patata - Arraina - Yogurra Patata - Pescado - Yogur	Zopa - Hegazti - Esnekia Sopa - Ave - Lácteo	Krema - Arraina - Fruta Crema - Pescado - Fruta	Barazki - Arraultz - Yogurra Verdura - Huevo - Yogur	Pasta - Haragi - Fruta Pasta - Carne - Fruta
17 Kcal 753 HC 73 Lip 37 Prot 28  Lekak patatekin Hanburgesa barazki saltsan Fruta freskoa Vainas con patatas Hamburguesa en salsa de verduras Fruta fresca	18 Kcal 861 HC 118 Lip 28 Prot 34  Dilista erregosiak Legatz arrautzatzatua entsaladarekin Fruta freskoa Lentejas estofadas Merluza a la romana con ensalada Fruta fresca	19 Kcal 980 HC 79 Lip 59 Prot 37  Bertako kui krema ogi txigortuarekin Odolostea tomate saltsan Jogurta Crema de calabaza local con picatostes Morcilla con salsa de tomate Yogur	20 Kcal 841 HC 113 Lip 38 Prot 21  Patatak errioxar erara Hegalaburrezko empanadillak entsaladarekin Fruta freskoa Patatas a la riojana Empanadillas de bonito con ensalada Fruta fresca	21 Kcal 853 HC 128 Lip 18 Prot 49  Karakolilloak tomatearekin Oilasko petxuga azenario eta txanpiñoiekin Postre berezia Caracolillos con tomate Pechuga de pollo con zanahoria y champiñon Postre especial
Pasta - Arraina - Yogurra Pasta - Pescado - Yogur	Barazki - Hegazti - Esnekia Verdura - Ave - Lácteo	Arroza - Arraina - Fruta Arroz - Pescado - Fruta	Barazki - Arraultz - Yogurra Verdura - Huevo - Yogur	Krema - Arraina - Fruta Crema - Pescado - Fruta
24 Kcal 833 HC 116 Lip 28 Prot 36 Haragizko paella Legatz arrautzatzatua mahonesarekin Fruta freskoa Paella de carne Merluza a la romana con mahonesa Fruta fresca	JAIA FIESTA	26 Kcal 768 HC 95 Lip 29 Prot 35  Indaba gorriak bertako barazkiekin Arrautz frijituak patata frijituarekin Fruta freskoa Alubias rojas con verduras locales Huevos fritos con patatas fritas Fruta fresca	27 Kcal 841 HC 89 Lip 30 Prot 61  Makarroiak tomatearekin Oilasko izterra entsaladarekin Gazta txikia "la vaca que rie" Macarrones con tomate Muslo de pollo con ensalada Quesitos la vaca que rie	28 Kcal 672 HC 83 Lip 18 Prot 49  Patatak saltsa berdean Indioilar gisatua jardinera erara Fruta freskoa Patatas en salsa verde Pavo guisado a la jardinera Fruta fresca
Zopa - Haragi - Yogurra Sopa - Carne - Yogur		Krema - Hegazti - Yogurra Crema - Ave - Yogur	Barazki - Arraina - Fruta Verdura - Pescado - Fruta	Entsalada - Arraultz - Esnekia Ensalada - Huevo - Lácteo
31 Kcal 750 HC 81 Lip 23 Prot 28  Porrusalda krema Hegaluze medailoia errioxar erara Jogurta Crema de purrusalda Medallon de bonito a la riojana Yogur				
Arroza - Arraultz - Fruta Arroz - Huevo - Fruta				