



ASTELEHENA / LUNES					ASTEARTEA / MARTES					ASTEAZKENA / MIERCOLES					OSTEGUNA / JUEVES					OSTIRALA / VIERNES									
																				1									
																				JAIA					FIESTA				
4 Kcal 800 HC 82 Lip 42 Prot 26					5 Kcal 738 HC 132 Lip 12 Prot 32					6					7 Kcal 690 HC 56 Lip 26 Prot 63					8 Kcal 804 HC 89 Lip 33 Prot 41									
  Bertako barazki krema Haragi bolak saltsan jardinerara erara Fruta freskoa Crema de verduras locales Albondigas a la jardinera Fruta fresca					 Arroza tomatearekin Legatza meniere eran Fruta freskoa Arroz con tomate Merluza meniere Fruta fresca					JAIA FIESTA					 Hegazti zopa fideoekin Oilasko izterra piper gorriekin Gazta txikia "la vaca que rie" Sopa de ave con fideos Muslo de pollo con pimientos rojos Quesitos la vaca que rie					Indaba zuriak bertako barazkiekin Atun tortilla frantsesa entsaladarekin Fruta freskoa Alubias blancas con verduras locales Tortilla francesa de atun con ensalada Fruta fresca									
Patata - Arraina - Yogurra Patata - Pescado - Yogur					Krema - Hegazti - Esnekia Crema - Ave - Lácteo										Barazki - Arraina - Fruta Verdura - Pescado - Fruta					Entsalada - Hegazti - Yogurra Ensalada - Ave - Yogur									
11 Kcal 949 HC 69 Lip 57 Prot 37					12 Kcal 751 HC 88 Lip 26 Prot 44					13 Kcal 806 HC 115 Lip 29 Prot 23					14 Kcal 674 HC 87 Lip 17 Prot 45					15 Kcal 752 HC 106 Lip 20 Prot 42									
 Lekak patatekin Odoloste errioxar erara Fruta freskoa Vainas con patatas Morcilla a la riojana Fruta fresca					 Patatak errioxar erara Solomo adobatuta entsaladarekin Fruta freskoa Patatas a la riojana Lomo adobado con ensalada Fruta fresca					 Dilistak bertako barazkiekin Arrautz frijituak patata frijituekin Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Huevos fritos con patatas fritas Fruta fresca					 Bertako kui krema ogi txigortuarekin Oilasko petxuga azenario eta txanpiñoekin Aihoria Crema de calabaza local con picatostes Pechuga de pollo con zanahoria y champiñon Natillas					 Karakolilloak tomatearekin Bakailaoa erromatar erara entsaladarekin Fruta freskoa Caracolillos con tomate Bacalao a la romana con ensalada Fruta fresca									
Pasta - Arraina - Yogurra Pasta - Pescado - Yogur					Entsalada - Arrautz - Yogurra Ensalada - Huevo - Yogur					Barazki - Hegazti - Yogurra Verdura - Ave - Yogur					Arroza - Arraina - Fruta Arroz - Pescado - Fruta					Krema - Haragi - Yogurra Crema - Carne - Yogur									
18 Kcal 825 HC 131 Lip 29 Prot 16					19 Kcal 732 HC 70 Lip 26 Prot 56					20 Kcal 724 HC 99 Lip 20 Prot 39					21 Kcal 805 HC 104 Lip 31 Prot 32					22 Kcal 897 HC 104 Lip 25 Prot 38									
  Arroza integrala bertoko barazkiekin San jakoboa entsaladarekin Fruta freskoa Arroz integral con verduras locales San jacob con ensalada Fruta fresca					  Bertako barazki krema Oilasko izterra entsaladarekin Edateko jogurra Crema de verduras locales Muslo de pollo con ensalada Yogur bebible					Indaba gorriak bertako barazkiekin Legatza marinela saltsan Fruta freskoa Alubias rojas con verduras locales Merluza en salsa marinera Fruta fresca					  Makarroiak italiar erara Arrautz frijituak patata frijituekin Fruta freskoa Macarrones italiana Huevos fritos con patatas fritas Fruta fresca					Garbantzuak bertako kuiarekin Hegaluze medailoia errioxar erara Fruta freskoa Garbanzos con calabaza local Medallon de bonito a la riojana Fruta fresca									
Entsalada - Arrautz - Yogurra Ensalada - Huevo - Yogur					Patata - Arraina - Fruta Patata - Pescado - Fruta					Krema - Hegazti - Yogurra Crema - Ave - Yogur					Barazki - Haragi - Yogurra Verdura - Carne - Yogur					Zopa - Arraina - Esnekia Sopa - Pescado - Lácteo									
25 Kcal 956 HC 89 Lip 50 Prot 42					26 Kcal 702 HC 78 Lip 25 Prot 45					27 Kcal 797 HC 116 Lip 25 Prot 33					28 Kcal 845 HC 104 Lip 26 Prot 52					29 Kcal 619 HC 80 Lip 24 Prot 19									
  Dilista erregosiak Oilasko saltxitxak freskuak entsaladarekin Fruta freskoa Lentejas estofadas Salchichas frescas de ave con ensalada Fruta fresca					  Porrusalda krema Txahal gisatua barazki saltsan Jogurra Crema de purrusalda Guisado de ternera en salsa de verduras Yogur					 Haragizko paella Legatz arrautzaztatua entsaladarekin Fruta freskoa Paella de carne Merluza a la romana con ensalada Fruta fresca					 Indaba zuriak bertako barazkiekin Txerri giarra labean jardinerara erara Fruta freskoa Alubias blancas con verduras locales Guiarra de cerdo al horno a la jardinera Fruta fresca					  Barazki menestra Patata tortila entsaladarekin Fruta freskoa Menestra de verduras Tortilla de patata con ensalada Fruta fresca									
Barazki - Arraina - Esnekia Verdura - Pescado - Lácteo					Arroza - Arrautz - Fruta Arroz - Huevo - Fruta					Barazki - Hegazti - Yogurra Verdura - Ave - Yogur					Krema - Arraina - Yogurra Crema - Pescado - Yogur					Zopa - Haragi - Yogurra Sopa - Carne - Yogur									