



| ASTELEHENA / LUNES | | ASTEARTEA / MARTES | | ASTEAZKENA / MIERCOLES | | OSTEGUNA / JUEVES | | OSTIRALA / VIERNES | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|--|---|
| 3 Kcal 709 HC 79 Lip 30 Prot 30 | 4 Kcal 713 HC 88 Lip 21 Prot 47 | 5 Kcal 670 HC 75 Lip 23 Prot 43 | 6 Kcal 1093 HC 186 Lip 29 Prot 29 | 7 Kcal 721 HC 91 Lip 24 Prot 40 | | | | | |
| Barazki-menestra Solomo ontzutua entsaladarekin Sasoiko fruta Menestra de verduras Lomo adobado con ensalada Fruta de temporada | Garbantzua bertako barazkiekin Legatza labean entsaladarekin Jogurta Garbanzos con verduras locales Merluza al horno con ensalada Yogur | Barazki-krema Txahal-gisatua barazki-saltsan Sasoiko fruta Crema de verduras Guisado de ternera en salsa de verduras Fruta de temporada | Arroza tomatearekin Pizza Postre berezia Arroz con tomate Pizza Postre especial | Patatak errioxar erara Abadira arrautzatzatua piper gorriekin Sasoiko fruta Patatas a la riojana Abadejo a la romana con pimientos rojos Fruta de temporada | Zopa - Arraina - Jogurta Sopa - Pescado - Yogur | Entsalada - Haragi - Fruta Ensalada - Carne - Fruta | Patata - Arraina - Jogurta Patata - Pescado - Yogur | Krema - Hegazti - Fruta Crema - Ave - Fruta | Arroza - Arrautz - Jogurta Arroz - Huevo - Yogur |
| 10 Kcal 832 HC 61 Lip 51 Prot 33 | 11 Kcal 912 HC 88 Lip 39 Prot 53 | 12 Kcal 807 HC 108 Lip 27 Prot 34 | 13 Kcal 690 HC 112 Lip 20 Prot 33 | 14 Kcal 759 HC 109 Lip 24 Prot 32 | | | | | |
| Landako-entsalada Behi- eta txerri-albondigak txanpinoekin Sasoiko fruta Ensalada campera Albondigas de vacuno y cerdo con champiñones Fruta de temporada | Bertako kalabaza-krema Oilasko-izterra entsaladarekin Izozkia Crema de calabaza local Muslo de pollo con ensalada Helado | Dilistak bertako barazkiekin Urdaiazpiko kroketak entsaladarekin Sasoiko fruta Lentejas con verduras locales Croquetas de jamon con ensalada Fruta de temporada | Makarroiak tomatearekin Izokina labean maionesarekin Sasoiko fruta Macarrones con tomate Salmon al horno con mahonesa Fruta de temporada | Indaba zuriak bertako barazkiekin Patata tortila entsaladarekin Sasoiko fruta Alubias blancas con verduras locales Tortilla de patata con ensalada Fruta de temporada | Arroza - Hegazti - Jogurta Arroz - Ave - Yogur | Pasta - Arrautz - Fruta Pasta - Huevo - Fruta | Zopa - Arraina - Jogurta Sopa - Pescado - Yogur | Krema - Haragi - Jogurta Crema - Carne - Yogur | Barazki - Arraina - Jogurta Verdura - Pescado - Yogur |
| 17 Kcal 730 HC 78 Lip 26 Prot 43 | 18 Kcal 804 HC 75 Lip 38 Prot 48 | 19 Kcal 765 HC 124 Lip 13 Prot 42 | 20 Kcal 766 HC 96 Lip 21 Prot 52 | 21 Kcal 820 HC 109 Lip 37 Prot 15 | | | | | |
| Lekak patatekin Txerri-giarra labean jardinera erara Sasoiko fruta Vainas con patatas Guiarra de cerdo al horno a la jardinera Fruta de temporada | Dilista erregosiak Tortila frantsesa hegalabur eta entsaladarekin Gazta txikia "la vaca que rie" Lentejas estofadas Tortilla francesa de atun con ensalada Quesitos la vaca que rie | Arroza integrala tomatearekin Bakailaoa errioxako erara Sasoiko fruta Arroz integral con tomate Bacalao a la riojana Fruta de temporada | Babarrun gorrien lapikokoa Oilasko-bularkia patata frijituekin Sasoiko fruta Cocido de alubias rojas Pechuga de pollo con patatas fritas Fruta de temporada | Bertako barazki-krema San jakoboa entsaladarekin Postre berezia Crema de verduras locales San jacoboa con ensalada Postre especial | Arroza - Arraina - Esnekia Arroz - Pescado - Lácteo | Barazki - Haragi - Fruta Verdura - Carne - Fruta | Krema - Hegazti - Esnekia Crema - Ave - Lácteo | Arroza - Arraina - Jogurta Arroz - Pescado - Yogur | Pasta - Arrautz - Fruta Pasta - Huevo - Fruta |
| 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | | | | | |
| JAIA | JAIA | JAIA | JAIA | JAIA | | | | | |
| FIESTA | FIESTA | FIESTA | FIESTA | FIESTA | | | | | |

