



ASTELEHENA / LUNES

ASTEARTEA / MARTES

ASTEAZKENA / MIERCOLES

OSTEGUNA / JUEVES

OSTIRALA / VIERNES

1	2	3	4	5
JAIA FIESTA	JAIA FIESTA	JAIA FIESTA	JAIA FIESTA	JAIA FIESTA
8 Kcal 831 HC 128 Lip 20 Prot 40	9 Kcal 620 HC 87 Lip 23 Prot 19	10 Kcal 710 HC 91 Lip 23 Prot 38	11 Kcal 648 HC 68 Lip 19 Prot 54	12 Kcal 885 HC 92 Lip 39 Prot 44
Arroza tomatearekin Solomo ontzutua patata frijituekin Sasoiko fruta Arroz con tomate Lomo adobado con patatas fritas Fruta de temporada	Bertako kalabaza-krema Patata tortila entsaladarekin Sasoiko fruta Crema de calabaza local Tortilla de patata con ensalada Fruta de temporada	Porrusalda Txahal biribilkia entsaladarekin Jogurta Purrusalda Redondo de ternera con ensalada Yogur	Azenario krema Oilasko-izterra txanpinoiekin Sasoiko fruta Crema de zanahoria Muslo de pollo con champiñones Fruta de temporada	Patatak errioxar erara Txerri-txuleta labean piper gorriekin Sasoiko fruta Patatas a la riojana Chuleta de cerdo al horno con pimientos rojos Fruta de temporada
15 Kcal 645 HC 76 Lip 29 Prot 24	16 Kcal 778 HC 126 Lip 15 Prot 39	17 Kcal 688 HC 91 Lip 21 Prot 38	18 Kcal 603 HC 75 Lip 16 Prot 41	19 Kcal 899 HC 110 Lip 27 Prot 58
Bertoko barazki krema ogi integral txigortuarekin Arrautza frijituak patata frijituekin Sasoiko fruta Crema de verduras locales con picatostes integrales Huevos fritos con patatas fritas Fruta de temporada	Arroza tomatearekin Solomo ontzutua piper gorriekin Sasoiko fruta Arroz con tomate Lomo adobado con pimientos rojos Fruta de temporada	Azalorea patatekin Oilasko-bularkia entsaladarekin Jogurta Coliflor con patatas Pechuga de pollo con ensalada Yogur	Porrusalda Solomo freskoa barazkiekin Sasoiko fruta Purrusalda Lomo fresco con verduritas Fruta de temporada	Haragi-paella Oilasko-izterra entsaladarekin Sasoiko fruta Paella de carne Muslo de pollo con ensalada Fruta de temporada
22 Kcal 635 HC 89 Lip 23 Prot 21	23 Kcal 775 HC 81 Lip 34 Prot 39	24 Kcal 733 HC 46 Lip 35 Prot 60	25 Kcal 778 HC 126 Lip 15 Prot 39	26 Kcal 741 HC 86 Lip 23 Prot 50
Bertako barazki krema ogi txigortuarekin Patata tortila entsaladarekin Sasoiko fruta Crema de verduras locales con picatostes Tortilla de patata con ensalada Fruta de temporada	Azalorea patatekin Txerri-txuleta patatekin Sasoiko fruta Coliflor con patatas Chuleta de cerdo con patatas Fruta de temporada	Entsalada mistoa (d) Oilasko-izterra patatekin Jogurta Ensalada mixta (d) Muslo de pollo con patatas Yogur	Arroza tomatearekin Solomo ontzutua piper gorriekin Sasoiko fruta Arroz con tomate Lomo adobado con pimientos rojos Fruta de temporada	Patatak errioxar erara Indioilar bularkia entsaladarekin Sasoiko fruta Patatas a la riojana Pechuga de pavo con ensalada Fruta de temporada
29 Kcal 745 HC 120 Lip 15 Prot 37	30 Kcal 676 HC 76 Lip 17 Prot 58			
Barazki-paella Solomo freskoa piper gorriekin Sasoiko fruta Paella vegetal Lomo fresco con pimientos rojos Fruta de temporada	Azalorea patatekin Oilasko-izterra txanpinoiekin Sasoiko fruta Coliflor con patatas Muslo de pollo con champiñones Fruta de temporada			