



urtarrila - enero 2026

ASTELEHENA / LUNES					ASTEARTEA / MARTES					ASTEAZKENA / MIERCOLES					OSTEGUNA / JUEVES					OSTIRALA / VIERNES				
															1					2				
															JAIA					JAIA				
										 Dilistak bertako barazkiekin Arroza tomatearekin Sasoiko fruta Lentejas con verduras locales Arroz con tomate Fruta de temporada					FIESTA					FIESTA				
5					6					7 Kcal 812 Lip 8 HC 157 Prot 33					8 Kcal 651 Lip 29 HC 78 Prot 23					9 Kcal 843 Lip 27 HC 107 Prot 42				
JAIA					JAIA										Azenario purea ogi integral txigortuarekin Arrautza frijituak patata frijituekin Sasoiko fruta Pure de zanahoria con picatostes integrales Huevos fritos con patatas fritas Fruta de temporada					Hiru koloreko kiribilak aurora saltsan Legatza labean entsaladarekin Sasoiko fruta Espirales tricolor con salsa aurora Merluza al horno con ensalada Fruta de temporada				
															Krema - Arraina - Esnekia Crema - Pescado - Lácteo					Pasta - Haragi - Esnekia Pasta - Carne - Lácteo				
12 Kcal 821 Lip 24 HC 117 Prot 41					13 Kcal 779 Lip 27 HC 107 Prot 31					14 Kcal 794 Lip 34 HC 93 Prot 30					15 Kcal 605 Lip 15 HC 80 Prot 40					16 Kcal 786 Lip 16 HC 108 Prot 55				
Fideua haragiarekin Bakailaoa arrautzaztatua entsaladarekin Sasoiko fruta Fideua de carne Bacalao a la romana con ensalada Fruta de temporada					Garbantzua bertako barazkiekin Patata tortila entsaladarekin Sasoiko fruta Garbanzos con verduras locales Tortilla de patata con ensalada Fruta de temporada					Porrusalda %100 txahal hanburgesa tomate-saltsarekin Jogurta Porrusalda Hamburguesa 100% vacuno con salsa de tomate Yogur					Bertako kalabaza-krema ogi integral txigortuekin Indioilar gisatua piper gorriekin Sasoiko fruta Crema de calabaza local con picatostes integrales Pavo guisado con pimientos rojos Fruta de temporada					Dilistak bertako barazkiekin Legatza tomatearekin Sasoiko fruta Lentejas con verduras locales Merluza con tomate Fruta de temporada				
Entsalada - Haragi - Jogurta Ensalada - Carne - Yogur					Arroza - Arraina - Jogurta Arroz - Pescado - Yogur					Zopa - Hegazti - Fruta Sopa - Ave - Fruta					Arroza - Arraina - Jogurta Arroz - Pescado - Yogur					Barazki - Arraultz - Jogurta Verdura - Huevo - Yogur				
19 Kcal 718 Lip 18 HC 108 Prot 37					20 Kcal 667 Lip 19 HC 83 Prot 43					21 Kcal 813 Lip 27 HC 98 Prot 49					22 Kcal 643 Lip 29 HC 76 Prot 23					23 Kcal 804 Lip 25 HC 100 Prot 49				
Haragi-paella Legatza labean entsaladarekin Sasoiko fruta Paella de carne Merluza al horno con ensalada Fruta de temporada					Patatak errioxar erara Solomoa labean txanpinoiekin Sasoiko fruta Patatas a la riojana Lomo fresco al horno con champiñones Fruta de temporada					Indaba gorriak bertako barazkiekin Oilasko-bularkia entsaladarekin Esnea Alubias rojas con verduras locales Pechuga de pollo con ensalada Leche					Azalore-krema ogi txigortuekin Arrautza frijituak patata frijituekin Sasoiko fruta Crema de coliflor con picatostes Huevos fritos con patatas fritas Fruta de temporada					Garbantzua bertako kalabazarekin Bakailaoa arrautzaztatua entsaladarekin Sasoiko fruta Garbanzos con calabaza local Bacalao a la romana con ensalada Fruta de temporada				
Barazki - Hegazti - Esnekia Verdura - Ave - Lácteo					Barazki - Arraultz - Jogurta Verdura - Huevo - Yogur					Patata - Arraina - Fruta Patata - Pescado - Fruta					Arroza - Arraina - Esnekia Arroz - Pescado - Lácteo					Krema - Haragi - Fruta Crema - Carne - Fruta				
26					27 Kcal 886 Lip 21 HC 119 Prot 59					28 Kcal 854 Lip 22 HC 98 Prot 69					29 Kcal 701 Lip 27 HC 82 Prot 35					30 Kcal 706 Lip 20 HC 100 Prot 34				
JAIA					Barraskiloak italiar erara Bakailaoa marinela saltsan Sasoiko fruta Caracolillos italiana Bacalao en salsa marinera Fruta de temporada					Indaba zuriak bertako barazkiekin Oilasko-izterra limoiarekin Jogurta Alubias blancas con verduras locales Muslo de pollo al limon Yogur					Bertoko barazki crema ogi integral txigortuarekin Legatza arrautzaztatua entsaladarekin Sasoiko fruta Crema de verduras locales con picatostes integrales Merluza a la romana con ensalada Fruta de temporada					Dilistak bertako barazkiekin Patata tortila entsaladarekin Sasoiko fruta Lentejas con verduras locales Tortilla de patata con ensalada Fruta de temporada				
															Krema - Haragi - Esnekia Crema - Carne - Lácteo					Pasta - Arraultz - Fruta Pasta - Huevo - Fruta				
FIESTA															Arroza - Hegazti - Jogurta Arroz - Ave - Yogur									