IKAST. IPARRAGIRRE

CELIACO, NO FRUTOS SECOS, NO LEGUMBRE

otsaila - febrero 2026

ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
2 Kcal 722 HC 87 Lip 14 Prot 64 **Brokolia patatekin** **Indioilar blanketa barazki-saltsan** **Sasoiko fruta** Brocoli con patatas Blanqueta de pavo en salsa de verduras Fruta de temporada	**3** Kcal 685 HC 77 Lip 29 Prot 28 **Ziazerba salteatuak** **Bakailaoa labean piper gorriekin** **Sasoiko fruta** Espinacas salteadas Bacalao al horno con pimientos rojos Fruta de temporada	**4** Kcal 781 HC 87 Lip 39 Prot 23 **Barazki-krema ogi txigortuekin** **Arrautza frijituak patata frijituekin** **Jogurta** Crema de verduras con picatostes Huevos fritos con patatas fritas Yogur	**5** Kcal 828 HC 111 Lip 27 Prot 34 **Makarroiak bolognesa (zd)** **Legatza labean entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Macarrones bolognesa (dc) Merluza al horno con ensalada Fruta de temporada	**6** Kcal 777 HC 124 Lip 19 Prot 34 **Arroza barazkiekin** **Oilasko-bularkia entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Arroz con verduras Pechuga de pollo con ensalada Fruta de temporada
9 Kcal 585 HC 91 Lip 13 Prot 28 **Porrusalda** **Legatza errioxar erara** **Sasoiko fruta** Porrusalda Merluza a la riojana Fruta de temporada	**10** Kcal 686 HC 112 Lip 11 Prot 41 **Arroza barazkiekin** **Indioilar gisatua barazki saltsan** **Sasoiko fruta** Arroz con verduras Pavo guisado en salsa de verduras Fruta de temporada	**11** Kcal 915 HC 95 Lip 33 Prot 58 **Makarroiak tomatearekin (zd)** **Oilasko-izterra entsaladarekin** **Esnea** Macarrones con tomate (dc) Muslo de pollo con ensalada Leche	**12** Kcal 635 HC 89 Lip 23 Prot 21 **Azalore-krema ogi txigortuekin** **Patata tortila entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Crema de coliflor con picatostes Tortilla de patata con ensalada Fruta de temporada	**13** **JAIA** FIESTA
16 **JAIA** FIESTA	**17** **JAIA** FIESTA	**18** Kcal 697 HC 113 Lip 12 Prot 40 **Arroza tomatearekin** **Oilasko-bularkia piper gorriekin** **Sasoiko fruta** Arroz con tomate Pechuga de pollo con pimientos rojos Fruta de temporada	**19** Kcal 643 HC 73 Lip 29 Prot 25 **Hegazti-zopa arrozarekin** **Arrautza frijituak patata frijituekin** **Sasoiko fruta** Sopa de ave con arroz Huevos fritos con patatas fritas Fruta de temporada	**20** Kcal 756 HC 90 Lip 28 Prot 37 **Patatak errioxar erara** **Bakailaoa labean entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Patatas a la riojana Bacalao al horno con ensalada Fruta de temporada
23 Kcal 695 HC 99 Lip 18 Prot 33 **Makarroiak tomatearekin (zd)** **Legatza labean entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Macarrones con tomate (dc) Merluza al horno con ensalada Fruta de temporada	**24** Kcal 700 HC 90 Lip 21 Prot 39 **Barazki-krema ogi txigortuekin** **Indioilar gisatua jardinera erara** **Sasoiko fruta** Crema de verduras con picatostes Pavo guisado a la jardinera Fruta de temporada	**25** Kcal 789 HC 128 Lip 23 Prot 23 **Arroza barazkiekin** **Patata tortila entsaladarekin** **Jogurta** Arroz con verduras Tortilla de patata con ensalada Yogur	**26** Kcal 593 HC 63 Lip 20 Prot 38 **Azalorea azenarioarekin** **Oilasko-bularkia azenario eta kuiatxorekin** **Sasoiko fruta** Coliflor con zanahoria Pechuga de pollo con zanahoria y calabacin Fruta de temporada	**27** Kcal 736 HC 90 Lip 29 Prot 31 **Patata gisatuak** **Solomo freskoa entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Patatas guisadas Lomo fresco con ensalada Fruta de temporada

Gonmendatutako afaria
Cena recomendada

OHARRA Menuekin batera datorren elikadurari buruzko informazioa, 12 urteko umeen razio eta nutrizio-beharrak kontuan izanda kalkulatuta dago, menuan eskainitako 40 gramoko ogi razio egunean barne.

NOTA La información nutricional que acompaña a los menús, está calculada atendiendo al racionado y necesidades nutricionales de niños de 12 años, incluyendo los 40 g. de pan ofrecidos con el menú.

IKAST. IPARRAGIRRE

CELIACO, NO FRUTOS SECOS, NO SEMILLAS

otsaila - febrero 2026

ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
2 Kcal 650 HC 70 Lip 14 Prot 58 **Lekak patatekin** **Indioilar blanketa barazki-saltsan** **Sasoiko fruta** Vainas con patatas Blanqueta de pavo en salsa de verduras Fruta de temporada	**3** Kcal 902 HC 109 Lip 35 Prot 38 **Garbantzuak bertako barazkiekin** **Bakailaoa labean piper gorriekin** **Sasoiko fruta** Garbanzos con verduras locales Bacalao al horno con pimientos rojos Fruta de temporada	**4** Kcal 790 HC 81 Lip 41 Prot 26 **Barazki-krema ogi txigortuekin** **Arrautza frijituak entsaladarekin** **Jogurta** Crema de verduras con picatostes Huevos fritos con ensalada Yogur	**5** Kcal 828 HC 111 Lip 27 Prot 34 **Makarroiak bolognesa (zd)** **Legatza labean entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Macarrones bolognesa (dc) Merluza al horno con ensalada Fruta de temporada	**6** Kcal 778 HC 124 Lip 19 Prot 34 **Hiru gutiziako arroza** **Oilasko-bularkia entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Arroz tres delicias Pechuga de pollo con ensalada Fruta de temporada
9 Kcal 585 HC 91 Lip 13 Prot 28 **Porrusalda** **Legatza errioxar erara** **Sasoiko fruta** Porrusalda Merluza a la riojana Fruta de temporada	**10** Kcal 795 HC 104 Lip 21 Prot 49 **Indaba gorriak bertako barazkiekin** **Indioilar gisatua barazki saltsan** **Sasoiko fruta** Alubias rojas con verduras locales Pavo guisado en salsa de verduras Fruta de temporada	**11** Kcal 1026 HC 106 Lip 41 Prot 55 **Makarroiak tomatearekin (zd)** **Oilasko-izterra entsaladarekin** **Esnea** Macarrones con tomate (dc) Muslo de pollo con ensalada Leche	**12** Kcal 748 HC 81 Lip 38 Prot 22 **Azalore-krema ogi txigortuekin** **Tortila frantsesa entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Crema de coliflor con picatostes Tortilla francesa con ensalada Fruta de temporada	**13** JAIA FIESTA
16 JAIA FIESTA	**17** JAIA FIESTA	**18** Kcal 812 HC 157 Lip 8 Prot 33 **Dilistak bertako barazkiekin** **Arroza tomatearekin** **Sasoiko fruta** Lentejas con verduras locales Arroz con tomate Fruta de temporada	**19** Kcal 763 HC 78 Lip 38 Prot 25 **Hegazti-zopa arrozarekin** **Arrautza frijituak entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Sopa de ave con arroz Huevos fritos con ensalada Fruta de temporada	**20** Kcal 756 HC 90 Lip 28 Prot 37 **Patatak errioxar erara** **Bakailaoa labean entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Patatas a la riojana Bacalao al horno con ensalada Fruta de temporada
23 Kcal 806 HC 111 Lip 26 Prot 30 **Makarroiak tomatearekin (zd)** **Legatza labean entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Macarrones con tomate (dc) Merluza al horno con ensalada Fruta de temporada	**24** Kcal 700 HC 90 Lip 21 Prot 39 **Barazki-krema ogi txigortuekin** **Indioilar gisatua jardinera erara** **Sasoiko fruta** Crema de verduras con picatostes Pavo guisado a la jardinera Fruta de temporada	**25** Kcal 904 HC 100 Lip 41 Prot 37 **Babarrun zuriak bertako kalabazarekin** **Tortila frantsesa entsaladarekin** **Jogurta** Alubias blancas con calabaza local Tortilla francesa con ensalada Yogur	**26** Kcal 671 HC 83 Lip 22 Prot 39 **Leka azenarioarekin** **Oilasko-bularkia azenario eta kuiatxorekin** **Sasoiko fruta** Vainas con zanahoria Pechuga de pollo con zanahoria y calabacin Fruta de temporada	**27** Kcal 814 HC 102 Lip 29 Prot 40 **Garbantzuak bertako barazkiekin** **Solomo freskoa entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Garbanzos con verduras locales Lomo fresco con ensalada Fruta de temporada

Gonmendatutako afaria
Cena recomendada

OHARRA Menuekin batera datorren elikadurari buruzko informazioa, 12 urteko umeen razio eta nutrizio-beharrak kontuan izanda kalkulatuta dago, menuan eskainitako 40 gramoko ogi razio egunean barne.

NOTA La información nutricional que acompaña a los menús, está calculada atendiendo al racionado y necesidades nutricionales de niños de 12 años, incluyendo los 40 g. de pan ofrecidos con el menú.

IKAST. IPARRAGIRRE

CELIACO, NO LACTEO, NO LEGUMBRE, NO SOJA

otsaila - febrero 2026

ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
2 Kcal 722 HC 87 Lip 14 Prot 64 **Brokolia patatekin** **Indioilar blanketa barazki-saltsan** **Sasoiko fruta** Brocoli con patatas Blanqueta de pavo en salsa de verduras Fruta de temporada	**3** Kcal 685 HC 77 Lip 29 Prot 28 **Ziazerba salteatuak** **Bakailaoa labean piper gorriekin** **Sasoiko fruta** Espinacas salteadas Bacalao al horno con pimientos rojos Fruta de temporada	**4** Kcal 754 HC 87 Lip 37 Prot 20 **Barazki-krema ogi txigortuekin** **Arrautza frijituak patata frijituekin** **Sasoiko fruta** Crema de verduras con picatostes Huevos fritos con patatas fritas Fruta de temporada	**5** Kcal 828 HC 111 Lip 27 Prot 34 **Makarroiak bolognesa (zd)** **Legatza labean entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Macarrones bolognesa (dc) Merluza al horno con ensalada Fruta de temporada	**6** Kcal 777 HC 124 Lip 19 Prot 34 **Arroza barazkiekin** **Oilasko-bularkia entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Arroz con verduras Pechuga de pollo con ensalada Fruta de temporada
9 Kcal 585 HC 91 Lip 13 Prot 28 **Porrusalda** **Legatza errioxar erara** **Sasoiko fruta** Porrusalda Merluza a la riojana Fruta de temporada	**10** Kcal 686 HC 112 Lip 11 Prot 41 **Arroza barazkiekin** **Indioilar gisatua barazki saltsan** **Sasoiko fruta** Arroz con verduras Pavo guisado en salsa de verduras Fruta de temporada	**11** Kcal 988 HC 112 Lip 36 Prot 52 **Makarroiak tomatearekin (zd)** **Oilasko-izterra entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Macarrones con tomate (dc) Muslo de pollo con ensalada Fruta de temporada	**12** Kcal 635 HC 89 Lip 23 Prot 21 **Azalore-krema ogi txigortuekin** **Patata tortila entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Crema de coliflor con picatostes Tortilla de patata con ensalada Fruta de temporada	**13** **JAIA** FIESTA
16 **JAIA** FIESTA	**17** **JAIA** FIESTA	**18** Kcal 697 HC 113 Lip 12 Prot 40 **Arroza tomatearekin** **Oilasko-bularkia piper gorriekin** **Sasoiko fruta** Arroz con tomate Pechuga de pollo con pimientos rojos Fruta de temporada	**19** Kcal 643 HC 73 Lip 29 Prot 25 **Hegazti-zopa arrozarekin** **Arrautza frijituak patata frijituekin** **Sasoiko fruta** Sopa de ave con arroz Huevos fritos con patatas fritas Fruta de temporada	**20** Kcal 756 HC 90 Lip 28 Prot 37 **Patatak errioxar erara** **Bakailaoa labean entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Patatas a la riojana Bacalao al horno con ensalada Fruta de temporada
23 Kcal 695 HC 99 Lip 18 Prot 33 **Makarroiak tomatearekin (zd)** **Legatza labean entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Macarrones con tomate (dc) Merluza al horno con ensalada Fruta de temporada	**24** Kcal 700 HC 90 Lip 21 Prot 39 **Barazki-krema ogi txigortuekin** **Indioilar gisatua jardinera erara** **Sasoiko fruta** Crema de verduras con picatostes Pavo guisado a la jardinera Fruta de temporada	**25** Kcal 873 HC 139 Lip 29 Prot 18 **Arroza barazkiekin** **Patata tortila entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Arroz con verduras Tortilla de patata con ensalada Fruta de temporada	**26** Kcal 593 HC 63 Lip 20 Prot 38 **Azalorea azenarioarekin** **Oilasko-bularkia azenario eta kuiatxorekin** **Sasoiko fruta** Coliflor con zanahoria Pechuga de pollo con zanahoria y calabacin Fruta de temporada	**27** Kcal 736 HC 90 Lip 29 Prot 31 **Patata gisatuak** **Solomo freskoa entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Patatas guisadas Lomo fresco con ensalada Fruta de temporada

Gonmendatutako afaria
Cena recomendada

OHARRA Menuekin batera datorren elikadurari buruzko informazioa, 12 urteko umeen razio eta nutrizio-beharrak kontuan izanda kalkulatuta dago, menuan eskainitako 40 gramoko ogi razio egunean barne.

NOTA La información nutricional que acompaña a los menús, está calculada atendiendo al racionado y necesidades nutricionales de niños de 12 años, incluyendo los 40 g. de pan ofrecidos con el menú.

IKAST. IPARRAGIRRE

CELIACO, NO LACTEO, NO LEGUMBRE

otsaila - febrero 2026

ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
2 Kcal 722 HC 87 Lip 14 Prot 64	**3** Kcal 685 HC 77 Lip 29 Prot 28	**4** Kcal 754 HC 87 Lip 37 Prot 20	**5** Kcal 828 HC 111 Lip 27 Prot 34	**6** Kcal 777 HC 124 Lip 19 Prot 34
Brokolia patatekin **Indioilar blanketa barazki-saltsan** **Sasoiko fruta** Brocoli con patatas Blanqueta de pavo en salsa de verduras Fruta de temporada	**Ziazerba salteatuak** **Bakailaoa labean piper gorriekin** **Sasoiko fruta** Espinacas salteadas Bacalao al horno con pimientos rojos Fruta de temporada	**Barazki-krema ogi txigortuekin** **Arrautza frijituak patata frijituekin** **Sasoiko fruta** Crema de verduras con picatostes Huevos fritos con patatas fritas Fruta de temporada	**Makarroiak bolognesa (zd)** **Legatza labean entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Macarrones bolognesa (dc) Merluza al horno con ensalada Fruta de temporada	**Arroza barazkiekin** **Oilasko-bularkia entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Arroz con verduras Pechuga de pollo con ensalada Fruta de temporada
9 Kcal 585 HC 91 Lip 13 Prot 28	**10** Kcal 686 HC 112 Lip 11 Prot 41	**11** Kcal 988 HC 112 Lip 36 Prot 52	**12** Kcal 635 HC 89 Lip 23 Prot 21	**13**
Porrusalda **Legatza errioxar erara** **Sasoiko fruta** Porrusalda Merluza a la riojana Fruta de temporada	**Arroza barazkiekin** **Indioilar gisatua barazki saltsan** **Sasoiko fruta** Arroz con verduras Pavo guisado en salsa de verduras Fruta de temporada	**Makarroiak tomatearekin (zd)** **Oilasko-izterra entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Macarrones con tomate (dc) Muslo de pollo con ensalada Fruta de temporada	**Azalore-krema ogi txigortuekin** **Patata tortila entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Crema de coliflor con picatostes Tortilla de patata con ensalada Fruta de temporada	**JAIA** FIESTA
16	**17**	**18** Kcal 697 HC 113 Lip 12 Prot 40	**19** Kcal 643 HC 73 Lip 29 Prot 25	**20** Kcal 756 HC 90 Lip 28 Prot 37
JAIA FIESTA	**JAIA** FIESTA	**Arroza tomatearekin** **Oilasko-bularkia piper gorriekin** **Sasoiko fruta** Arroz con tomate Pechuga de pollo con pimientos rojos Fruta de temporada	**Hegazti-zopa arrozarekin** **Arrautza frijituak patata frijituekin** **Sasoiko fruta** Sopa de ave con arroz Huevos fritos con patatas fritas Fruta de temporada	**Patatak errioxar erara** **Bakailaoa labean entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Patatas a la riojana Bacalao al horno con ensalada Fruta de temporada
23 Kcal 695 HC 99 Lip 18 Prot 33	**24** Kcal 700 HC 90 Lip 21 Prot 39	**25** Kcal 873 HC 139 Lip 29 Prot 18	**26** Kcal 593 HC 63 Lip 20 Prot 38	**27** Kcal 736 HC 90 Lip 29 Prot 31
Makarroiak tomatearekin (zd) **Legatza labean entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Macarrones con tomate (dc) Merluza al horno con ensalada Fruta de temporada	**Barazki-krema ogi txigortuekin** **Indioilar gisatua jardinera erara** **Sasoiko fruta** Crema de verduras con picatostes Pavo guisado a la jardinera Fruta de temporada	**Arroza barazkiekin** **Patata tortila entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Arroz con verduras Tortilla de patata con ensalada Fruta de temporada	**Azalorea azenarioarekin** **Oilasko-bularkia azenario eta kuiatxorekin** **Sasoiko fruta** Coliflor con zanahoria Pechuga de pollo con zanahoria y calabacin Fruta de temporada	**Patata gisatuak** **Solomo freskoa entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Patatas guisadas Lomo fresco con ensalada Fruta de temporada

Gonmendatutako afaria
Cena recomendada

OHARRA Menuekin batera datorren elikadurari buruzko informazioa, 12 urteko umeen razio eta nutrizio-beharrak kontuan izanda kalkulatuta dago, menuan eskainitako 40 gramoko ogi razio egunean barne.

NOTA La información nutricional que acompaña a los menús, está calculada atendiendo al racionado y necesidades nutricionales de niños de 12 años, incluyendo los 40 g. de pan ofrecidos con el menú.

IKAST. IPARRAGIRRE

CELIACO, NO LACTEO

otsaila - febrero 2026

ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
2 Kcal 650 HC 70 Lip 14 Prot 58 **Lekak patatekin** **Indioilar blanketa barazki-saltsan** **Sasoiko fruta** Vainas con patatas Blanqueta de pavo en salsa de verduras Fruta de temporada	**3** Kcal 902 HC 109 Lip 35 Prot 38 **Garbantzuak bertako barazkiekin** **Bakailaoa labean piper gorriekin** **Sasoiko fruta** Garbanzos con verduras locales Bacalao al horno con pimientos rojos Fruta de temporada	**4** Kcal 767 HC 87 Lip 38 Prot 21 **Barazki-krema ogi txigortuekin** **Arrautza frijituak patata frijituekin** **Sojako postrea** Crema de verduras con picatostes Huevos fritos con patatas fritas Postre de soja	**5** Kcal 828 HC 111 Lip 27 Prot 34 **Makarroiak bolognesa (zd)** **Legatza labean entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Macarrones bolognesa (dc) Merluza al horno con ensalada Fruta de temporada	**6** Kcal 778 HC 124 Lip 19 Prot 34 **Hiru gutiziako arroza** **Oilasko-bularkia entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Arroz tres delicias Pechuga de pollo con ensalada Fruta de temporada
9 Kcal 585 HC 91 Lip 13 Prot 28 **Porrusalda** **Legatza errioxar erara** **Sasoiko fruta** Porrusalda Merluza a la riojana Fruta de temporada	**10** Kcal 795 HC 104 Lip 21 Prot 49 **Indaba gorriak bertako barazkiekin** **Indioilar gisatua barazki saltsan** **Sasoiko fruta** Alubias rojas con verduras locales Pavo guisado en salsa de verduras Fruta de temporada	**11** Kcal 1001 HC 112 Lip 37 Prot 52 **Makarroiak tomatearekin (zd)** **Oilasko-izterra entsaladarekin** **Sojako postrea** Macarrones con tomate (dc) Muslo de pollo con ensalada Postre de soja	**12** Kcal 635 HC 89 Lip 23 Prot 21 **Azalore-krema ogi txigortuekin** **Patata tortila entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Crema de coliflor con picatostes Tortilla de patata con ensalada Fruta de temporada	**13** JAIA FIESTA
16 JAIA FIESTA	**17** JAIA FIESTA	**18** Kcal 812 HC 157 Lip 8 Prot 33 **Dilistak bertako barazkiekin** **Arroza tomatearekin** **Sasoiko fruta** Lentejas con verduras locales Arroz con tomate Fruta de temporada	**19** Kcal 754 HC 84 Lip 36 Prot 22 **Hegazti-zopa arrozarekin** **Arrautza frijituak patata frijituekin** **Sasoiko fruta** Sopa de ave con arroz Huevos fritos con patatas fritas Fruta de temporada	**20** Kcal 756 HC 90 Lip 28 Prot 37 **Patatak errioxar erara** **Bakailaoa labean entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Patatas a la riojana Bacalao al horno con ensalada Fruta de temporada
23 Kcal 806 HC 111 Lip 26 Prot 30 **Makarroiak tomatearekin (zd)** **Legatza labean entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Macarrones con tomate (dc) Merluza al horno con ensalada Fruta de temporada	**24** Kcal 700 HC 90 Lip 21 Prot 39 **Barazki-krema ogi txigortuekin** **Indioilar gisatua jardinera erara** **Sasoiko fruta** Crema de verduras con picatostes Pavo guisado a la jardinera Fruta de temporada	**25** Kcal 888 HC 119 Lip 33 Prot 30 **Babarrun zuriak bertako kalabazarekin** **Patata tortila entsaladarekin** **Sojako postrea** Alubias blancas con calabaza local Tortilla de patata con ensalada Postre de soja	**26** Kcal 671 HC 83 Lip 22 Prot 39 **Leka azenarioarekin** **Oilasko-bularkia azenario eta kuiatxorekin** **Sasoiko fruta** Vainas con zanahoria Pechuga de pollo con zanahoria y calabacin Fruta de temporada	**27** Kcal 814 HC 102 Lip 29 Prot 40 **Garbantzuak bertako barazkiekin** **Solomo freskoa entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Garbanzos con verduras locales Lomo fresco con ensalada Fruta de temporada

Gonmendatutako afaria
Cena recomendada

OHARRA Menuekin batera datorren elikadurari buruzko informazioa, 12 urteko umeen razio eta nutrizio-beharrak kontuan izanda kalkulatuta dago, menuan eskainitako 40 gramoko ogi razio egunean barne.

NOTA La información nutricional que acompaña a los menús, está calculada atendiendo al racionado y necesidades nutricionales de niños de 12 años, incluyendo los 40 g. de pan ofrecidos con el menú.

IKAST. IPARRAGIRRE

CELIACO

otsaila - febrero 2026

ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
2 Kcal 650 HC 70 Lip 14 Prot 58	**3** Kcal 902 HC 109 Lip 35 Prot 38	**4** Kcal 781 HC 87 Lip 39 Prot 23	**5** Kcal 828 HC 111 Lip 27 Prot 34	**6** Kcal 778 HC 124 Lip 19 Prot 34
Lekak patatekin **Indioilar blanketa barazki-saltsan** **Sasoiko fruta** Vainas con patatas Blanqueta de pavo en salsa de verduras Fruta de temporada	**Garbantzuak bertako barazkiekin** **Bakailaoa labean piper gorriekin** **Sasoiko fruta** Garbanzos con verduras locales Bacalao al horno con pimientos rojos Fruta de temporada	**Barazki-krema ogi txigortuekin** **Arrautza frijituak patata frijituekin** **Jogurta** Crema de verduras con picatostes Huevos fritos con patatas fritas Yogur	**Makarroiak bolognesa (zd)** **Legatza labean entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Macarrones bolognesa (dc) Merluza al horno con ensalada Fruta de temporada	**Hiru gutiziako arroza** **Oilasko-bularkia entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Arroz tres delicias Pechuga de pollo con ensalada Fruta de temporada
9 Kcal 585 HC 91 Lip 13 Prot 28	**10** Kcal 795 HC 104 Lip 21 Prot 49	**11** Kcal 1026 HC 106 Lip 41 Prot 55	**12** Kcal 635 HC 89 Lip 23 Prot 21	**13**
Porrusalda **Legatza errioxar erara** **Sasoiko fruta** Porrusalda Merluza a la riojana Fruta de temporada	**Indaba gorriak bertako barazkiekin** **Indioilar gisatua barazki saltsan** **Sasoiko fruta** Alubias rojas con verduras locales Pavo guisado en salsa de verduras Fruta de temporada	**Makarroiak tomatearekin (zd)** **Oilasko-izterra entsaladarekin** **Esnea** Macarrones con tomate (dc) Muslo de pollo con ensalada Leche	**Azalore-krema ogi txigortuekin** **Patata tortila entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Crema de coliflor con picatostes Tortilla de patata con ensalada Fruta de temporada	**JAIA** FIESTA
16	**17**	**18** Kcal 812 HC 157 Lip 8 Prot 33	**19** Kcal 754 HC 84 Lip 36 Prot 22	**20** Kcal 756 HC 90 Lip 28 Prot 37
JAIA FIESTA	**JAIA** FIESTA	**Dilistak bertako barazkiekin** **Arroza tomatearekin** **Sasoiko fruta** Lentejas con verduras locales Arroz con tomate Fruta de temporada	**Hegazti-zopa arrozarekin** **Arrautza frijituak patata frijituekin** **Sasoiko fruta** Sopa de ave con arroz Huevos fritos con patatas fritas Fruta de temporada	**Patatak errioxar erara** **Bakailaoa labean entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Patatas a la riojana Bacalao al horno con ensalada Fruta de temporada
23 Kcal 806 HC 111 Lip 26 Prot 30	**24** Kcal 700 HC 90 Lip 21 Prot 39	**25** Kcal 790 HC 108 Lip 26 Prot 35	**26** Kcal 671 HC 83 Lip 22 Prot 39	**27** Kcal 814 HC 102 Lip 29 Prot 40
Makarroiak tomatearekin (zd) **Legatza labean entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Macarrones con tomate (dc) Merluza al horno con ensalada Fruta de temporada	**Barazki-krema ogi txigortuekin** **Indioilar gisatua jardinera erara** **Sasoiko fruta** Crema de verduras con picatostes Pavo guisado a la jardinera Fruta de temporada	**Babarrun zuriak bertako kalabazarekin** **Patata tortila entsaladarekin** **Jogurta** Alubias blancas con calabaza local Tortilla de patata con ensalada Yogur	**Leka azenarioarekin** **Oilasko-bularkia azenario eta kuiatxorekin** **Sasoiko fruta** Vainas con zanahoria Pechuga de pollo con zanahoria y calabacin Fruta de temporada	**Garbantzuak bertako barazkiekin** **Solomo freskoa entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Garbanzos con verduras locales Lomo fresco con ensalada Fruta de temporada

Gonmendatutako afaria
Cena recomendada

OHARRA Menuekin batera datorren elikadurari buruzko informazioa, 12 urteko umeen razio eta nutrizio-beharrak kontuan izanda kalkulatuta dago, menuan eskainitako 40 gramoko ogi razio egunean barne.

NOTA La información nutricional que acompaña a los menús, está calculada atendiendo al racionado y necesidades nutricionales de niños de 12 años, incluyendo los 40 g. de pan ofrecidos con el menú.

IKAST. IPARRAGIRRE

NO ALUBIAS

otsaila - febrero 2026

ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
2 Kcal 650 HC 70 Lip 14 Prot 58	**3** Kcal 661 HC 89 Lip 16 Prot 44	**4** Kcal 672 HC 76 Lip 31 Prot 26	**5** Kcal 864 HC 110 Lip 30 Prot 41	**6** Kcal 778 HC 124 Lip 19 Prot 34
Lekak patatekin **Indioilar blanketa barazki-saltsan** **Sasoiko fruta** Vainas con patatas Blanqueta de pavo en salsa de verduras Fruta de temporada	**Garbantzuak bertako barazkiekin** **Bakailaoa piperrekin** **Sasoiko fruta** Garbanzos con verduras locales Bacalao con pimientos Fruta de temporada	**Bertoko barazki krema ogi integral txigortuarekin** **Arrautza frijituak patata frijituekin** **Jogurta** Crema de verduras locales con picatostes integrales Huevos fritos con patatas fritas Yogur	**Bolognesa espagetiak** **Legatza arrautzaztatua entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Espaguetis bolognesa Merluza a la romana con ensalada Fruta de temporada	**Hiru gutiziako arroza** **Oilasko-bularkia entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Arroz tres delicias Pechuga de pollo con ensalada Fruta de temporada
9 Kcal 585 HC 91 Lip 13 Prot 28	**10** Kcal 922 HC 113 Lip 42 Prot 29	**11** Kcal 876 HC 93 Lip 29 Prot 63	**12** Kcal 635 HC 89 Lip 23 Prot 21	**13**
Porrusalda **Legatza errioxar erara** **Sasoiko fruta** Porrusalda Merluza a la riojana Fruta de temporada	**Arroza barazkiekin** **Hegazti saltxitxa freskoak egosiak tomate saltsan** **Sasoiko fruta** Arroz con verduras Salchichas frescas de ave cocidas con salsa de tomate Fruta de temporada	**Barraskiloak tomatearekin** **Oilasko-izterra entsaladarekin** **Esnea** Caracolillos con tomate Muslo de pollo con ensalada Leche	**Azalore-krema ogi txigortuekin** **Patata tortila entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Crema de coliflor con picatostes Tortilla de patata con ensalada Fruta de temporada	**JAIA** FIESTA
16	**17**	**18** Kcal 812 HC 157 Lip 8 Prot 33	**19** Kcal 662 HC 68 Lip 31 Prot 29	**20** Kcal 748 HC 88 Lip 26 Prot 44
JAIA FIESTA	**JAIA** FIESTA	**Dilistak bertako barazkiekin** **Arroza tomatearekin** **Sasoiko fruta** Lentejas con verduras locales Arroz con tomate Fruta de temporada	**Hegazti-zopa fideoekin** **Arrautza frijituak patata frijituekin** **Sasoiko fruta** Sopa de ave con fideos Huevos fritos con patatas fritas Fruta de temporada	**Patatak errioxar erara** **Bakailaoa arrautzaztatua entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Patatas a la riojana Bacalao a la romana con ensalada Fruta de temporada
23 Kcal 843 HC 107 Lip 27 Prot 42	**24** Kcal 592 HC 79 Lip 13 Prot 42	**25** Kcal 789 HC 128 Lip 23 Prot 23	**26** Kcal 604 HC 89 Lip 19 Prot 23	**27** Kcal 814 HC 102 Lip 29 Prot 40
Barraskiloak aurora saltsarekin **Legatza labean entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Caracolillos con salsa aurora Merluza al horno con ensalada Fruta de temporada	**Bertoko barazki krema ogi integral txigortuarekin** **Indioilar gisatua jardinera erara** **Sasoiko fruta** Crema de verduras locales con picatostes integrales Pavo guisado a la jardinera Fruta de temporada	**Arroza barazkiekin** **Patata tortila entsaladarekin** **Jogurta** Arroz con verduras Tortilla de patata con ensalada Yogur	**Leka azenarioarekin** **Oilasko fajita integrala barazkiekin** **Sasoiko fruta** Vainas con zanahoria Fajita integral de pollo y verduras Fruta de temporada	**Garbantzuak bertako barazkiekin** **Solomo freskoa entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Garbanzos con verduras locales Lomo fresco con ensalada Fruta de temporada

Gonmendatutako afaria
Cena recomendada

OHARRA Menuekin batera datorren elikadurari buruzko informazioa, 12 urteko umeen razio eta nutrizio-beharrak kontuan izanda kalkulatuta dago, menuan eskainitako 40 gramoko ogi razio egunean barne.

NOTA La información nutricional que acompaña a los menús, está calculada atendiendo al racionado y necesidades nutricionales de niños de 12 años, incluyendo los 40 g. de pan ofrecidos con el menú.

IKAST. IPARRAGIRRE

NO FRUTOS SECOS

otsaila - febrero 2026

ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
2 Kcal 650 HC 70 Lip 14 Prot 58	**3** Kcal 661 HC 89 Lip 16 Prot 44	**4** Kcal 672 HC 76 Lip 31 Prot 26	**5** Kcal 864 HC 110 Lip 30 Prot 41	**6** Kcal 778 HC 124 Lip 19 Prot 34
Lekak patatekin **Indioilar blanketa barazki-saltsan** **Sasoiko fruta** Vainas con patatas Blanqueta de pavo en salsa de verduras Fruta de temporada	**Garbantzuak bertako barazkiekin** **Bakailaoa piperrekin** **Sasoiko fruta** Garbanzos con verduras locales Bacalao con pimientos Fruta de temporada	**Bertoko barazki krema ogi integral txigortuarekin** **Arrautza frijituak patata frijituekin** **Jogurta** Crema de verduras locales con picatostes integrales Huevos fritos con patatas fritas Yogur	**Bolognesa espagetiak** **Legatza arrautzaztatua entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Espaguetis bolognesa Merluza a la romana con ensalada Fruta de temporada	**Hiru gutiziako arroza** **Oilasko-bularkia entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Arroz tres delicias Pechuga de pollo con ensalada Fruta de temporada
Patata - Arraina - Jogurta Patata - Pescado - Yogur	**Entsalada - Arraultz - Jogurta** Ensalada - Huevo - Yogur	**Arroza - Haragi - Fruta** Arroz - Carne - Fruta	**Entsalada - Hegazti - Esnekia** Ensalada - Ave - Lácteo	**Krema - Arraina - Jogurta** Crema - Pescado - Yogur
9 Kcal 585 HC 91 Lip 13 Prot 28	**10** Kcal 920 HC 94 Lip 44 Prot 39	**11** Kcal 876 HC 93 Lip 29 Prot 63	**12** Kcal 635 HC 89 Lip 23 Prot 21	**13**
Porrusalda **Legatza errioxar erara** **Sasoiko fruta** Porrusalda Merluza a la riojana Fruta de temporada	**Indaba gorriak bertako barazkiekin** **Hegazti saltxitxa freskoak egosiak tomate saltsan** **Sasoiko fruta** Alubias rojas con verduras locales Salchichas frescas de ave cocidas con salsa de tomate Fruta de temporada	**Barraskiloak tomatearekin** **Oilasko-izterra entsaladarekin** **Esnea** Caracolillos con tomate Muslo de pollo con ensalada Leche	**Azalore-krema ogi txigortuekin** **Patata tortila entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Crema de coliflor con picatostes Tortilla de patata con ensalada Fruta de temporada	JAIA FIESTA
Zopa - Arraultz - Jogurta Sopa - Huevo - Yogur	**Entsalada - Haragi - Jogurta** Ensalada - Carne - Yogur	**Krema - Arraina - Fruta** Crema - Pescado - Fruta	**Arroza - Hegazti - Jogurta** Arroz - Ave - Yogur	
16	**17**	**18** Kcal 812 HC 157 Lip 8 Prot 33	**19** Kcal 662 HC 68 Lip 31 Prot 29	**20** Kcal 748 HC 88 Lip 26 Prot 44
JAIA FIESTA	JAIA FIESTA	**Dilistak bertako barazkiekin** **Arroza tomatearekin** **Sasoiko fruta** Lentejas con verduras locales Arroz con tomate Fruta de temporada	**Hegazti-zopa fideoekin** **Arrautza frijituak patata frijituekin** **Sasoiko fruta** Sopa de ave con fideos Huevos fritos con patatas fritas Fruta de temporada	**Patatak errioxar erara** **Bakailaoa arrautzaztatua entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Patatas a la riojana Bacalao a la romana con ensalada Fruta de temporada
		Krema - Arraina - Fruta Crema - Pescado - Fruta	**Entsalada - Arraina - Esnekia** Ensalada - Pescado - Lácteo	**Barazki - Hegazti - Jogurta** Verdura - Ave - Yogur
23 Kcal 843 HC 107 Lip 27 Prot 42	**24** Kcal 592 HC 79 Lip 13 Prot 42	**25** Kcal 790 HC 108 Lip 26 Prot 35	**26** Kcal 604 HC 89 Lip 19 Prot 23	**27** Kcal 814 HC 102 Lip 29 Prot 40
Barraskiloak aurora saltsarekin **Legatza labean entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Caracolillos con salsa aurora Merluza al horno con ensalada Fruta de temporada	**Bertoko barazki krema ogi integral txigortuarekin** **Indioilar gisatua jardinera erara** **Sasoiko fruta** Crema de verduras locales con picatostes integrales Pavo guisado a la jardinera Fruta de temporada	**Babarrun zuriak bertako kalabazarekin** **Patata tortila entsaladarekin** **Jogurta** Alubias blancas con calabaza local Tortilla de patata con ensalada Yogur	**Leka azenarioarekin** **Oilasko fajita integrala barazkiekin** **Sasoiko fruta** Vainas con zanahoria Fajita integral de pollo y verduras Fruta de temporada	**Garbantzuak bertako barazkiekin** **Solomo freskoa entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Garbanzos con verduras locales Lomo fresco con ensalada Fruta de temporada
Barazki - Arraultz - Esnekia Verdura - Huevo - Lácteo	**Patata - Arraina - Esnekia** Patata - Pescado - Lácteo	**Entsalada - Haragi - Fruta** Ensalada - Carne - Fruta	**Zopa - Arraina - Jogurta** Sopa - Pescado - Yogur	**Arroza - Hegazti - Esnekia** Arroz - Ave - Lácteo

Gonmendatutako afaria
Cena recomendada

OHARRA Menuekin batera datorren elikadurari buruzko informazioa, 12 urteko umeen razio eta nutrizio-beharrak kontuan izanda kalkulatuta dago, menuan eskainitako 40 gramoko ogi razio egunean barne.

NOTA La información nutricional que acompaña a los menús, está calculada atendiendo al racionado y necesidades nutricionales de niños de 12 años, incluyendo los 40 g. de pan ofrecidos con el menú.

IKAST. IPARRAGIRRE

NO HUEVO, NO MARISCO, NO PESCADO

otsaila - febrero 2026

ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
2 Kcal 650 HC 70 Lip 14 Prot 58 **Lekak patatekin** **Indioilar blanketa barazki-saltsan** **Sasoiko fruta** Vainas con patatas Blanqueta de pavo en salsa de verduras Fruta de temporada	**3** Kcal 895 HC 98 Lip 39 Prot 43 **Garbantzuak bertako barazkiekin** **Txahal-hanburgesa 100% piper gorriekin** **Sasoiko fruta** Garbanzos con verduras locales Hamburguesa 100% vacuno con pimientos rojos Fruta de temporada	**4** Kcal 710 HC 85 Lip 24 Prot 41 **Bertoko barazki krema ogi integral txigortuarekin** **Solomo freskoa patata frijituekin** **Jogurta** Crema de verduras locales con picatostes integrales Lomo fresco con patatas fritas Yogur	**5** Kcal 960 HC 105 Lip 42 Prot 41 **Makarroiak bolognesa (zd)** **Txerri-txuleta labean entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Macarrones bolognesa (dc) Chuleta de cerdo al horno con ensalada Fruta de temporada	**6** Kcal 777 HC 124 Lip 19 Prot 34 **Arroza barazkiekin** **Oilasko-bularkia entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Arroz con verduras Pechuga de pollo con ensalada Fruta de temporada
9 Kcal 799 HC 93 Lip 31 Prot 39 **Porrusalda** **Txerri-txuleta labean piper gorriekin** **Sasoiko fruta** Porrusalda Chuleta de cerdo al horno con pimientos rojos Fruta de temporada	**10** Kcal 795 HC 104 Lip 21 Prot 49 **Indaba gorriak bertako barazkiekin** **Indioilar gisatua barazki saltsan** **Sasoiko fruta** Alubias rojas con verduras locales Pavo guisado en salsa de verduras Fruta de temporada	**11** Kcal 1026 HC 106 Lip 41 Prot 55 **Makarroiak tomatearekin (zd)** **Oilasko-izterra entsaladarekin** **Esnea** Macarrones con tomate (dc) Muslo de pollo con ensalada Leche	**12** Kcal 585 HC 71 Lip 23 Prot 26 **Azalore-krema** **Solomo freskoa entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Crema de coliflor Lomo fresco con ensalada Fruta de temporada	**13** JAIA FIESTA
16 JAIA FIESTA	**17** JAIA FIESTA	**18** Kcal 812 HC 157 Lip 8 Prot 33 **Dilistak bertako barazkiekin** **Arroza tomatearekin** **Sasoiko fruta** Lentejas con verduras locales Arroz con tomate Fruta de temporada	**19** Kcal 816 HC 82 Lip 42 Prot 29 **Hegazti-zopa arrozarekin** **100% behi-hanburgesa patata frijituekin** **Sasoiko fruta** Sopa de ave con arroz Hamburguesa 100% vacuno con patatas fritas Fruta de temporada	**20** Kcal 773 HC 94 Lip 30 Prot 35 **Patatak erriokar erara** **Solomo freskoa entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Patatas a la riojana Lomo fresco con ensalada Fruta de temporada
23 Kcal 1024 HC 109 Lip 37 Prot 64 **Makarroiak aurora saltsan (zd)** **Oilasko-izterra entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Macarrones con salsa aurora (dc) Muslo de pollo con ensalada Fruta de temporada	**24** Kcal 592 HC 79 Lip 13 Prot 42 **Bertoko barazki krema ogi integral txigortuarekin** **Indioilar gisatua jardinera erara** **Sasoiko fruta** Crema de verduras locales con picatostes integrales Pavo guisado a la jardinera Fruta de temporada	**25** Kcal 912 HC 94 Lip 40 Prot 49 **Babarrun zuriak bertako kalabazarekin** **Behi-hanburgesa 100% entsaladarekin** **Jogurta** Alubias blancas con calabaza local Hamburguesa 100% vacuno con ensalada Yogur	**26** Kcal 604 HC 89 Lip 19 Prot 23 **Leka azenarioarekin** **Oilasko fajita integrala barazkiekin** **Sasoiko fruta** Vainas con zanahoria Fajita integral de pollo y verduras Fruta de temporada	**27** Kcal 814 HC 102 Lip 29 Prot 40 **Garbantzuak bertako barazkiekin** **Solomo freskoa entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Garbanzos con verduras locales Lomo fresco con ensalada Fruta de temporada

Gonmendatutako afaria
Cena recomendada

OHARRA Menuekin batera datorren elikadurari buruzko informazioa, 12 urteko umeen razio eta nutrizio-beharrak kontuan izanda kalkulatuta dago, menuan eskainitako 40 gramoko ogi razio egunean barne.

NOTA La información nutricional que acompaña a los menús, está calculada atendiendo al racionado y necesidades nutricionales de niños de 12 años, incluyendo los 40 g. de pan ofrecidos con el menú.

IKAST. IPARRAGIRRE

NO HUEVO

otsaila - febrero 2026

ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
2 Kcal 650 HC 70 Lip 14 Prot 58 **Lekak patatekin** **Indioilar blanketa barazki-saltsan** **Sasoiko fruta** Vainas con patatas Blanqueta de pavo en salsa de verduras Fruta de temporada	**3** Kcal 902 HC 109 Lip 35 Prot 38 **Garbantzuak bertako barazkiekin** **Bakailaoa labean piper gorriekin** **Sasoiko fruta** Garbanzos con verduras locales Bacalao al horno con pimientos rojos Fruta de temporada	**4** Kcal 710 HC 85 Lip 24 Prot 41 **Bertoko barazki krema ogi integral txigortuarekin** **Solomo freskoa patata frijituekin** **Jogurta** Crema de verduras locales con picatostes integrales Lomo fresco con patatas fritas Yogur	**5** Kcal 828 HC 111 Lip 27 Prot 34 **Makarroiak bolognesa (zd)** **Legatza labean entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Macarrones bolognesa (dc) Merluza al horno con ensalada Fruta de temporada	**6** Kcal 777 HC 124 Lip 19 Prot 34 **Arroza barazkiekin** **Oilasko-bularkia entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Arroz con verduras Pechuga de pollo con ensalada Fruta de temporada
9 Kcal 585 HC 91 Lip 13 Prot 28 **Porrusalda** **Legatza erriokar erara** **Sasoiko fruta** Porrusalda Merluza a la riojana Fruta de temporada	**10** Kcal 795 HC 104 Lip 21 Prot 49 **Indaba gorriak bertako barazkiekin** **Indioilar gisatua barazki saltsan** **Sasoiko fruta** Alubias rojas con verduras locales Pavo guisado en salsa de verduras Fruta de temporada	**11** Kcal 1026 HC 106 Lip 41 Prot 55 **Makarroiak tomatearekin (zd)** **Oilasko-izterra entsaladarekin** **Esnea** Macarrones con tomate (dc) Muslo de pollo con ensalada Leche	**12** Kcal 585 HC 71 Lip 23 Prot 26 **Azalore-krema** **Solomo freskoa entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Crema de coliflor Lomo fresco con ensalada Fruta de temporada	**13** JAIA FIESTA
16 JAIA FIESTA	**17** JAIA FIESTA	**18** Kcal 812 HC 157 Lip 8 Prot 33 **Dilistak bertako barazkiekin** **Arroza tomatearekin** **Sasoiko fruta** Lentejas con verduras locales Arroz con tomate Fruta de temporada	**19** Kcal 816 HC 82 Lip 42 Prot 29 **Hegazti-zopa arrozarekin** **100% behi-hanburgesa patata frijituekin** **Sasoiko fruta** Sopa de ave con arroz Hamburguesa 100% vacuno con patatas fritas Fruta de temporada	**20** Kcal 756 HC 90 Lip 28 Prot 37 **Patatak erriokar erara** **Bakailaoa labean entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Patatas a la riojana Bacalao al horno con ensalada Fruta de temporada
23 Kcal 843 HC 107 Lip 27 Prot 42 **Makarroiak aurora saltsan (zd)** **Legatza labean entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Macarrones con salsa aurora (dc) Merluza al horno con ensalada Fruta de temporada	**24** Kcal 592 HC 79 Lip 13 Prot 42 **Bertoko barazki krema ogi integral txigortuarekin** **Indioilar gisatua jardinera erara** **Sasoiko fruta** Crema de verduras locales con picatostes integrales Pavo guisado a la jardinera Fruta de temporada	**25** Kcal 912 HC 94 Lip 40 Prot 49 **Babarrun zuriak bertako kalabazarekin** **Behi-hanburgesa 100% entsaladarekin** **Jogurta** Alubias blancas con calabaza local Hamburguesa 100% vacuno con ensalada Yogur	**26** Kcal 604 HC 89 Lip 19 Prot 23 **Leka azenarioarekin** **Oilasko fajita integrala barazkiekin** **Sasoiko fruta** Vainas con zanahoria Fajita integral de pollo y verduras Fruta de temporada	**27** Kcal 814 HC 102 Lip 29 Prot 40 **Garbantzuak bertako barazkiekin** **Solomo freskoa entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Garbanzos con verduras locales Lomo fresco con ensalada Fruta de temporada

Gonmendatutako afaria
Cena recomendada

OHARRA Menuekin batera datorren elikadurari buruzko informazioa, 12 urteko umeen razio eta nutrizio-beharrak kontuan izanda kalkulatuta dago, menuan eskainitako 40 gramoko ogi razio egunean barne.

NOTA La información nutricional que acompaña a los menús, está calculada atendiendo al racionado y necesidades nutricionales de niños de 12 años, incluyendo los 40 g. de pan ofrecidos con el menú.

IKAST. IPARRAGIRRE

NO LACTEO

otsaila - febrero 2026

ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
2 Kcal 650 HC 70 Lip 14 Prot 58	**3** Kcal 661 HC 89 Lip 16 Prot 44	**4** Kcal 658 HC 76 Lip 30 Prot 24	**5** Kcal 864 HC 110 Lip 30 Prot 41	**6** Kcal 778 HC 124 Lip 19 Prot 34
Lekak patatekin **Indioilar blanketa barazki-saltsan** **Sasoiko fruta** Vainas con patatas Blanqueta de pavo en salsa de verduras Fruta de temporada	**Garbantzuak bertako barazkiekin** **Bakailaoa piperrekin** **Sasoiko fruta** Garbanzos con verduras locales Bacalao con pimientos Fruta de temporada	**Bertoko barazki krema ogi integral txigortuarekin** **Arrautza frijituak patata frijituekin** **Sojako postrea** Crema de verduras locales con picatostes integrales Huevos fritos con patatas fritas Postre de soja	**Bolognesa espagetiak** **Legatza arrautzaztatua entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Espaguetis bolognesa Merluza a la romana con ensalada Fruta de temporada	**Hiru gutiziako arroza** **Oilasko-bularkia entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Arroz tres delicias Pechuga de pollo con ensalada Fruta de temporada
9 Kcal 585 HC 91 Lip 13 Prot 28	**10** Kcal 920 HC 94 Lip 44 Prot 39	**11** Kcal 851 HC 100 Lip 25 Prot 60	**12** Kcal 635 HC 89 Lip 23 Prot 21	**13**
Porrusalda **Legatza errioxar erara** **Sasoiko fruta** Porrusalda Merluza a la riojana Fruta de temporada	**Indaba gorriak bertako barazkiekin** **Hegazti saltxitxa freskoak egosiak tomate saltsan** **Sasoiko fruta** Alubias rojas con verduras locales Salchichas frescas de ave cocidas con salsa de tomate Fruta de temporada	**Barraskiloak tomatearekin** **Oilasko-izterra entsaladarekin** **Sojako postrea** Caracolillos con tomate Muslo de pollo con ensalada Postre de soja	**Azalore-krema ogi txigortuekin** **Patata tortila entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Crema de coliflor con picatostes Tortilla de patata con ensalada Fruta de temporada	**JAIA** FIESTA
16	**17**	**18** Kcal 812 HC 157 Lip 8 Prot 33	**19** Kcal 662 HC 68 Lip 31 Prot 29	**20** Kcal 748 HC 88 Lip 26 Prot 44
JAIA FIESTA	**JAIA** FIESTA	**Dilistak bertako barazkiekin** **Arroza tomatearekin** **Sasoiko fruta** Lentejas con verduras locales Arroz con tomate Fruta de temporada	**Hegazti-zopa fideoekin** **Arrautza frijituak patata frijituekin** **Sasoiko fruta** Sopa de ave con fideos Huevos fritos con patatas fritas Fruta de temporada	**Patatak errioxar erara** **Bakailaoa arrautzaztatua entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Patatas a la riojana Bacalao a la romana con ensalada Fruta de temporada
23 Kcal 656 HC 98 Lip 14 Prot 38	**24** Kcal 592 HC 79 Lip 13 Prot 42	**25** Kcal 776 HC 108 Lip 25 Prot 33	**26** Kcal 604 HC 89 Lip 19 Prot 23	**27** Kcal 814 HC 102 Lip 29 Prot 40
Makarroiak tomatearekin **Legatza labean entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Macarrones con tomate Merluza al horno con ensalada Fruta de temporada	**Bertoko barazki krema ogi integral txigortuarekin** **Indioilar gisatua jardinera erara** **Sasoiko fruta** Crema de verduras locales con picatostes integrales Pavo guisado a la jardinera Fruta de temporada	**Babarrun zuriak bertako kalabazarekin** **Patata tortila entsaladarekin** **Sojako postrea** Alubias blancas con calabaza local Tortilla de patata con ensalada Postre de soja	**Leka azenarioarekin** **Oilasko fajita integrala barazkiekin** **Sasoiko fruta** Vainas con zanahoria Fajita integral de pollo y verduras Fruta de temporada	**Garbantzuak bertako barazkiekin** **Solomo freskoa entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Garbanzos con verduras locales Lomo fresco con ensalada Fruta de temporada

Gonmendatutako afaria
Cena recomendada

OHARRA Menuekin batera datorren elikadurari buruzko informazioa, 12 urteko umeen razio eta nutrizio-beharrak kontuan izanda kalkulatuta dago, menuan eskainitako 40 gramoko ogi razio egunean barne.

NOTA La información nutricional que acompaña a los menús, está calculada atendiendo al racionado y necesidades nutricionales de niños de 12 años, incluyendo los 40 g. de pan ofrecidos con el menú.

IKAST. IPARRAGIRRE

NO LECHE, SI DERIVADOS LACTEOS

otsaila - febrero 2026

ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
2 Kcal 650 HC 70 Lip 14 Prot 58	**3** Kcal 661 HC 89 Lip 16 Prot 44	**4** Kcal 672 HC 76 Lip 31 Prot 26	**5** Kcal 864 HC 110 Lip 30 Prot 41	**6** Kcal 778 HC 124 Lip 19 Prot 34
Lekak patatekin **Indioilar blanketa barazki-saltsan** **Sasoiko fruta** Vainas con patatas Blanqueta de pavo en salsa de verduras Fruta de temporada	**Garbantzuak bertako barazkiekin** **Bakailaoa piperrekin** **Sasoiko fruta** Garbanzos con verduras locales Bacalao con pimientos Fruta de temporada	**Bertoko barazki krema ogi integral txigortuarekin** **Arrautza frijituak patata frijituekin** **Jogurta** Crema de verduras locales con picatostes integrales Huevos fritos con patatas fritas Yogur	**Bolognesa espagetiak** **Legatza arrautzaztatua entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Espaguetis bolognesa Merluza a la romana con ensalada Fruta de temporada	**Hiru gutiziako arroza** **Oilasko-bularkia entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Arroz tres delicias Pechuga de pollo con ensalada Fruta de temporada
9 Kcal 585 HC 91 Lip 13 Prot 28	**10** Kcal 920 HC 94 Lip 44 Prot 39	**11** Kcal 865 HC 100 Lip 26 Prot 62	**12** Kcal 635 HC 89 Lip 23 Prot 21	**13**
Porrusalda **Legatza errioxar erara** **Sasoiko fruta** Porrusalda Merluza a la riojana Fruta de temporada	**Indaba gorriak bertako barazkiekin** **Hegazti saltxitxa freskoak egosiak tomate saltsan** **Sasoiko fruta** Alubias rojas con verduras locales Salchichas frescas de ave cocidas con salsa de tomate Fruta de temporada	**Barraskiloak tomatearekin** **Oilasko-izterra entsaladarekin** **Jogurta** Caracolillos con tomate Muslo de pollo con ensalada Yogur	**Azalore-krema ogi txigortuekin** **Patata tortila entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Crema de coliflor con picatostes Tortilla de patata con ensalada Fruta de temporada	**JAIA** FIESTA
16	**17**	**18** Kcal 812 HC 157 Lip 8 Prot 33	**19** Kcal 662 HC 68 Lip 31 Prot 29	**20** Kcal 748 HC 88 Lip 26 Prot 44
JAIA FIESTA	**JAIA** FIESTA	**Dilistak bertako barazkiekin** **Arroza tomatearekin** **Sasoiko fruta** Lentejas con verduras locales Arroz con tomate Fruta de temporada	**Hegazti-zopa fideoekin** **Arrautza frijituak patata frijituekin** **Sasoiko fruta** Sopa de ave con fideos Huevos fritos con patatas fritas Fruta de temporada	**Patatak errioxar erara** **Bakailaoa arrautzaztatua entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Patatas a la riojana Bacalao a la romana con ensalada Fruta de temporada
23 Kcal 843 HC 107 Lip 27 Prot 42	**24** Kcal 592 HC 79 Lip 13 Prot 42	**25** Kcal 790 HC 108 Lip 26 Prot 35	**26** Kcal 604 HC 89 Lip 19 Prot 23	**27** Kcal 814 HC 102 Lip 29 Prot 40
Barraskiloak aurora saltsarekin **Legatza labean entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Caracolillos con salsa aurora Merluza al horno con ensalada Fruta de temporada	**Bertoko barazki krema ogi integral txigortuarekin** **Indioilar gisatua jardinera erara** **Sasoiko fruta** Crema de verduras locales con picatostes integrales Pavo guisado a la jardinera Fruta de temporada	**Babarrun zuriak bertako kalabazarekin** **Patata tortila entsaladarekin** **Jogurta** Alubias blancas con calabaza local Tortilla de patata con ensalada Yogur	**Leka azenarioarekin** **Oilasko fajita integrala barazkiekin** **Sasoiko fruta** Vainas con zanahoria Fajita integral de pollo y verduras Fruta de temporada	**Garbantzuak bertako barazkiekin** **Solomo freskoa entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Garbanzos con verduras locales Lomo fresco con ensalada Fruta de temporada

Gonmendatutako afaria
Cena recomendada

OHARRA Menuekin batera datorren elikadurari buruzko informazioa, 12 urteko umeen razio eta nutrizio-beharrak kontuan izanda kalkulatuta dago, menuan eskainitako 40 gramoko ogi razio egunean barne.

NOTA La información nutricional que acompaña a los menús, está calculada atendiendo al racionado y necesidades nutricionales de niños de 12 años, incluyendo los 40 g. de pan ofrecidos con el menú.

IKAST. IPARRAGIRRE

NO LEGUMBRE

otsaila - febrero 2026

ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
2 Kcal 722 HC 87 Lip 14 Prot 64	**3** Kcal 444 HC 57 Lip 10 Prot 33	**4** Kcal 672 HC 76 Lip 31 Prot 26	**5** Kcal 874 HC 111 Lip 31 Prot 38	**6** Kcal 777 HC 124 Lip 19 Prot 34
Brokolia patatekin **Indioilar blanketa barazki-saltsan** **Sasoiko fruta** Brocoli con patatas Blanqueta de pavo en salsa de verduras Fruta de temporada	**Ziazerba salteatuak** **Bakailaoa piperrekin** **Sasoiko fruta** Espinacas salteadas Bacalao con pimientos Fruta de temporada	**Bertoko barazki krema ogi integral txigortuarekin** **Arrautza frijituak patata frijituekin** **Jogurta** Crema de verduras locales con picatostes integrales Huevos fritos con patatas fritas Yogur	**Makarroiak bolognesa (zd)** **Legatza arrautzaztatua entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Macarrones bolognesa (dc) Merluza a la romana con ensalada Fruta de temporada	**Arroza barazkiekin** **Oilasko-bularkia entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Arroz con verduras Pechuga de pollo con ensalada Fruta de temporada
9 Kcal 585 HC 91 Lip 13 Prot 28	**10** Kcal 686 HC 112 Lip 11 Prot 41	**11** Kcal 915 HC 95 Lip 33 Prot 58	**12** Kcal 635 HC 89 Lip 23 Prot 21	**13**
Porrusalda **Legatza errioxar erara** **Sasoiko fruta** Porrusalda Merluza a la riojana Fruta de temporada	**Arroza barazkiekin** **Indioilar gisatua barazki saltsan** **Sasoiko fruta** Arroz con verduras Pavo guisado en salsa de verduras Fruta de temporada	**Makarroiak tomatearekin (zd)** **Oilasko-izterra entsaladarekin** **Esnea** Macarrones con tomate (dc) Muslo de pollo con ensalada Leche	**Azalore-krema ogi txigortuekin** **Patata tortila entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Crema de coliflor con picatostes Tortilla de patata con ensalada Fruta de temporada	**JAIA** FIESTA
16	**17**	**18** Kcal 697 HC 113 Lip 12 Prot 40	**19** Kcal 643 HC 73 Lip 29 Prot 25	**20** Kcal 748 HC 88 Lip 26 Prot 44
JAIA FIESTA	**JAIA** FIESTA	**Arroza tomatearekin** **Oilasko-bularkia piper gorriekin** **Sasoiko fruta** Arroz con tomate Pechuga de pollo con pimientos rojos Fruta de temporada	**Hegazti-zopa arrozarekin** **Arrautza frijituak patata frijituekin** **Sasoiko fruta** Sopa de ave con arroz Huevos fritos con patatas fritas Fruta de temporada	**Patatak errioxar erara** **Bakailaoa arrautzaztatua entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Patatas a la riojana Bacalao a la romana con ensalada Fruta de temporada
23 Kcal 843 HC 107 Lip 27 Prot 42	**24** Kcal 592 HC 79 Lip 13 Prot 42	**25** Kcal 789 HC 128 Lip 23 Prot 23	**26** Kcal 526 HC 69 Lip 17 Prot 23	**27** Kcal 736 HC 90 Lip 29 Prot 31
Makarroiak aurora saltsan (zd) **Legatza labean entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Macarrones con salsa aurora (dc) Merluza al horno con ensalada Fruta de temporada	**Bertoko barazki krema ogi integral txigortuarekin** **Indioilar gisatua jardinera erara** **Sasoiko fruta** Crema de verduras locales con picatostes integrales Pavo guisado a la jardinera Fruta de temporada	**Arroza barazkiekin** **Patata tortila entsaladarekin** **Jogurta** Arroz con verduras Tortilla de patata con ensalada Yogur	**Azalorea azenarioarekin** **Oilasko fajita integrala barazkiekin** **Sasoiko fruta** Coliflor con zanahoria Fajita integral de pollo y verduras Fruta de temporada	**Patata gisatuak** **Solomo freskoa entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Patatas guisadas Lomo fresco con ensalada Fruta de temporada

Gonmendatutako afaria
Cena recomendada

OHARRA Menuekin batera datorren elikadurari buruzko informazioa, 12 urteko umeen razio eta nutrizio-beharrak kontuan izanda kalkulatuta dago, menuan eskainitako 40 gramoko ogi razio egunean barne.

NOTA La información nutricional que acompaña a los menús, está calculada atendiendo al racionado y necesidades nutricionales de niños de 12 años, incluyendo los 40 g. de pan ofrecidos con el menú.

IKAST. IPARRAGIRRE

NO LENTEJAS

otsaila - febrero 2026

ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
2 Kcal 650 HC 70 Lip 14 Prot 58	**3** Kcal 661 HC 89 Lip 16 Prot 44	**4** Kcal 672 HC 76 Lip 31 Prot 26	**5** Kcal 864 HC 110 Lip 30 Prot 41	**6** Kcal 778 HC 124 Lip 19 Prot 34
Lekak patatekin **Indioilar blanketa barazki-saltsan** **Sasoiko fruta** Vainas con patatas Blanqueta de pavo en salsa de verduras Fruta de temporada	**Garbantzuak bertako barazkiekin** **Bakailaoa piperrekin** **Sasoiko fruta** Garbanzos con verduras locales Bacalao con pimientos Fruta de temporada	**Bertoko barazki krema ogi integral txigortuarekin** **Arrautza frijituak patata frijituekin** **Jogurta** Crema de verduras locales con picatostes integrales Huevos fritos con patatas fritas Yogur	**Bolognesa espagetiak** **Legatza arrautzaztatua entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Espaguetis bolognesa Merluza a la romana con ensalada Fruta de temporada	**Hiru gutiziako arroza** **Oilasko-bularkia entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Arroz tres delicias Pechuga de pollo con ensalada Fruta de temporada
9 Kcal 585 HC 91 Lip 13 Prot 28	**10** Kcal 920 HC 94 Lip 44 Prot 39	**11** Kcal 876 HC 93 Lip 29 Prot 63	**12** Kcal 635 HC 89 Lip 23 Prot 21	**13**
Porrusalda **Legatza errioxar erara** **Sasoiko fruta** Porrusalda Merluza a la riojana Fruta de temporada	**Indaba gorriak bertako barazkiekin** **Hegazti saltxitxa freskoak egosiak tomate saltsan** **Sasoiko fruta** Alubias rojas con verduras locales Salchichas frescas de ave cocidas con salsa de tomate Fruta de temporada	**Barraskiloak tomatearekin** **Oilasko-izterra entsaladarekin** **Esnea** Caracolillos con tomate Muslo de pollo con ensalada Leche	**Azalore-krema ogi txigortuekin** **Patata tortila entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Crema de coliflor con picatostes Tortilla de patata con ensalada Fruta de temporada	JAIA FIESTA
16	**17**	**18** Kcal 697 HC 113 Lip 12 Prot 40	**19** Kcal 662 HC 68 Lip 31 Prot 29	**20** Kcal 748 HC 88 Lip 26 Prot 44
JAIA FIESTA	JAIA FIESTA	**Arroza tomatearekin** **Oilasko-bularkia piper gorriekin** **Sasoiko fruta** Arroz con tomate Pechuga de pollo con pimientos rojos Fruta de temporada	**Hegazti-zopa fideoekin** **Arrautza frijituak patata frijituekin** **Sasoiko fruta** Sopa de ave con fideos Huevos fritos con patatas fritas Fruta de temporada	**Patatak errioxar erara** **Bakailaoa arrautzaztatua entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Patatas a la riojana Bacalao a la romana con ensalada Fruta de temporada
23 Kcal 843 HC 107 Lip 27 Prot 42	**24** Kcal 592 HC 79 Lip 13 Prot 42	**25** Kcal 790 HC 108 Lip 26 Prot 35	**26** Kcal 604 HC 89 Lip 19 Prot 23	**27** Kcal 814 HC 102 Lip 29 Prot 40
Barraskiloak aurora saltsarekin **Legatza labean entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Caracolillos con salsa aurora Merluza al horno con ensalada Fruta de temporada	**Bertoko barazki krema ogi integral txigortuarekin** **Indioilar gisatua jardinera erara** **Sasoiko fruta** Crema de verduras locales con picatostes integrales Pavo guisado a la jardinera Fruta de temporada	**Babarrun zuriak bertako kalabazarekin** **Patata tortila entsaladarekin** **Jogurta** Alubias blancas con calabaza local Tortilla de patata con ensalada Yogur	**Leka azenarioarekin** **Oilasko fajita integrala barazkiekin** **Sasoiko fruta** Vainas con zanahoria Fajita integral de pollo y verduras Fruta de temporada	**Garbantzuak bertako barazkiekin** **Solomo freskoa entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Garbanzos con verduras locales Lomo fresco con ensalada Fruta de temporada

Gonmendatutako afaria
Cena recomendada

OHARRA Menuekin batera datorren elikadurari buruzko informazioa, 12 urteko umeen razio eta nutrizio-beharrak kontuan izanda kalkulatuta dago, menuan eskainitako 40 gramoko ogi razio egunean barne.

NOTA La información nutricional que acompaña a los menús, está calculada atendiendo al racionado y necesidades nutricionales de niños de 12 años, incluyendo los 40 g. de pan ofrecidos con el menú.

IKAST. IPARRAGIRRE

NO LENTEJAS

otsaila - febrero 2026

ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
2 Kcal 650 HC 70 Lip 14 Prot 58	**3** Kcal 661 HC 89 Lip 16 Prot 44	**4** Kcal 672 HC 76 Lip 31 Prot 26	**5** Kcal 864 HC 110 Lip 30 Prot 41	**6** Kcal 778 HC 124 Lip 19 Prot 34
Lekak patatekin **Indioilar blanketa barazki-saltsan** **Sasoiko fruta** Vainas con patatas Blanqueta de pavo en salsa de verduras Fruta de temporada	**Garbantzuak bertako barazkiekin** **Bakailaoa piperrekin** **Sasoiko fruta** Garbanzos con verduras locales Bacalao con pimientos Fruta de temporada	**Bertoko barazki krema ogi integral txigortuarekin** **Arrautza frijituak patata frijituekin** **Jogurta** Crema de verduras locales con picatostes integrales Huevos fritos con patatas fritas Yogur	**Bolognesa espagetiak** **Legatza arrautzaztatua entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Espaguetis bolognesa Merluza a la romana con ensalada Fruta de temporada	**Hiru gutiziako arroza** **Oilasko-bularkia entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Arroz tres delicias Pechuga de pollo con ensalada Fruta de temporada
9 Kcal 585 HC 91 Lip 13 Prot 28	**10** Kcal 920 HC 94 Lip 44 Prot 39	**11** Kcal 876 HC 93 Lip 29 Prot 63	**12** Kcal 635 HC 89 Lip 23 Prot 21	**13**
Porrusalda **Legatza errioxar erara** **Sasoiko fruta** Porrusalda Merluza a la riojana Fruta de temporada	**Indaba gorriak bertako barazkiekin** **Hegazti saltxitxa freskoak egosiak tomate saltsan** **Sasoiko fruta** Alubias rojas con verduras locales Salchichas frescas de ave cocidas con salsa de tomate Fruta de temporada	**Barraskiloak tomatearekin** **Oilasko-izterra entsaladarekin** **Esnea** Caracolillos con tomate Muslo de pollo con ensalada Leche	**Azalore-krema ogi txigortuekin** **Patata tortila entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Crema de coliflor con picatostes Tortilla de patata con ensalada Fruta de temporada	JAIA FIESTA
16	**17**	**18** Kcal 697 HC 113 Lip 12 Prot 40	**19** Kcal 662 HC 68 Lip 31 Prot 29	**20** Kcal 748 HC 88 Lip 26 Prot 44
JAIA FIESTA	JAIA FIESTA	**Arroza tomatearekin** **Oilasko-bularkia piper gorriekin** **Sasoiko fruta** Arroz con tomate Pechuga de pollo con pimientos rojos Fruta de temporada	**Hegazti-zopa fideoekin** **Arrautza frijituak patata frijituekin** **Sasoiko fruta** Sopa de ave con fideos Huevos fritos con patatas fritas Fruta de temporada	**Patatak errioxar erara** **Bakailaoa arrautzaztatua entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Patatas a la riojana Bacalao a la romana con ensalada Fruta de temporada
23 Kcal 843 HC 107 Lip 27 Prot 42	**24** Kcal 592 HC 79 Lip 13 Prot 42	**25** Kcal 790 HC 108 Lip 26 Prot 35	**26** Kcal 604 HC 89 Lip 19 Prot 23	**27** Kcal 814 HC 102 Lip 29 Prot 40
Barraskiloak aurora saltsarekin **Legatza labean entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Caracolillos con salsa aurora Merluza al horno con ensalada Fruta de temporada	**Bertoko barazki krema ogi integral txigortuarekin** **Indioilar gisatua jardinera erara** **Sasoiko fruta** Crema de verduras locales con picatostes integrales Pavo guisado a la jardinera Fruta de temporada	**Babarrun zuriak bertako kalabazarekin** **Patata tortila entsaladarekin** **Jogurta** Alubias blancas con calabaza local Tortilla de patata con ensalada Yogur	**Leka azenarioarekin** **Oilasko fajita integrala barazkiekin** **Sasoiko fruta** Vainas con zanahoria Fajita integral de pollo y verduras Fruta de temporada	**Garbantzuak bertako barazkiekin** **Solomo freskoa entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Garbanzos con verduras locales Lomo fresco con ensalada Fruta de temporada

Gonmendatutako afaria
Cena recomendada

OHARRA Menuekin batera datorren elikadurari buruzko informazioa, 12 urteko umeen razio eta nutrizio-beharrak kontuan izanda kalkulatuta dago, menuan eskainitako 40 gramoko ogi razio egunean barne.

NOTA La información nutricional que acompaña a los menús, está calculada atendiendo al racionado y necesidades nutricionales de niños de 12 años, incluyendo los 40 g. de pan ofrecidos con el menú.

IKAST. IPARRAGIRRE

NO PESCADO

otsaila - febrero 2026

ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
2 Kcal 650 HC 70 Lip 14 Prot 58	**3** Kcal 895 HC 98 Lip 39 Prot 43	**4** Kcal 672 HC 76 Lip 31 Prot 26	**5** Kcal 949 HC 103 Lip 42 Prot 44	**6** Kcal 778 HC 124 Lip 19 Prot 34
Lekak patatekin **Indioilar blanketa barazki-saltsan** **Sasoiko fruta** Vainas con patatas Blanqueta de pavo en salsa de verduras Fruta de temporada	**Garbantzuak bertako barazkiekin** **Txahal-hanburgesa 100% piper gorriekin** **Sasoiko fruta** Garbanzos con verduras locales Hamburguesa 100% vacuno con pimientos rojos Fruta de temporada	**Bertoko barazki krema ogi integral txigortuarekin** **Arrautza frijituak patata frijituekin** **Jogurta** Crema de verduras locales con picatostes integrales Huevos fritos con patatas fritas Yogur	**Bolognesa espagetiak** **Txerri-txuleta labean entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Espaguetis bolognesa Chuleta de cerdo al horno con ensalada Fruta de temporada	**Hiru gutiziako arroza** **Oilasko-bularkia entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Arroz tres delicias Pechuga de pollo con ensalada Fruta de temporada
9 Kcal 799 HC 93 Lip 31 Prot 39	**10** Kcal 920 HC 94 Lip 44 Prot 39	**11** Kcal 876 HC 93 Lip 29 Prot 63	**12** Kcal 635 HC 89 Lip 23 Prot 21	**13**
Porrusalda **Txerri-txuleta labean piper gorriekin** **Sasoiko fruta** Porrusalda Chuleta de cerdo al horno con pimientos rojos Fruta de temporada	**Indaba gorriak bertako barazkiekin** **Hegazti saltxitxa freskoak egosiak tomate saltsan** **Sasoiko fruta** Alubias rojas con verduras locales Salchichas frescas de ave cocidas con salsa de tomate Fruta de temporada	**Barraskiloak tomatearekin** **Oilasko-izterra entsaladarekin** **Esnea** Caracolillos con tomate Muslo de pollo con ensalada Leche	**Azalore-krema ogi txigortuekin** **Patata tortila entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Crema de coliflor con picatostes Tortilla de patata con ensalada Fruta de temporada	JAIA FIESTA
16	**17**	**18** Kcal 812 HC 157 Lip 8 Prot 33	**19** Kcal 662 HC 68 Lip 31 Prot 29	**20** Kcal 773 HC 94 Lip 30 Prot 35
JAIA FIESTA	JAIA FIESTA	**Dilistak bertako barazkiekin** **Arroza tomatearekin** **Sasoiko fruta** Lentejas con verduras locales Arroz con tomate Fruta de temporada	**Hegazti-zopa fideoekin** **Arrautza frijituak patata frijituekin** **Sasoiko fruta** Sopa de ave con fideos Huevos fritos con patatas fritas Fruta de temporada	**Patatak erriokar erara** **Solomo freskoa entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Patatas a la riojana Lomo fresco con ensalada Fruta de temporada
23 Kcal 1024 HC 109 Lip 37 Prot 64	**24** Kcal 592 HC 79 Lip 13 Prot 42	**25** Kcal 790 HC 108 Lip 26 Prot 35	**26** Kcal 604 HC 89 Lip 19 Prot 23	**27** Kcal 814 HC 102 Lip 29 Prot 40
Barraskiloak aurora saltsarekin **Oilasko-izterra entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Caracolillos con salsa aurora Muslo de pollo con ensalada Fruta de temporada	**Bertoko barazki krema ogi integral txigortuarekin** **Indioilar gisatua jardinera erara** **Sasoiko fruta** Crema de verduras locales con picatostes integrales Pavo guisado a la jardinera Fruta de temporada	**Babarrun zuriak bertako kalabazarekin** **Patata tortila entsaladarekin** **Jogurta** Alubias blancas con calabaza local Tortilla de patata con ensalada Yogur	**Leka azenarioarekin** **Oilasko fajita integrala barazkiekin** **Sasoiko fruta** Vainas con zanahoria Fajita integral de pollo y verduras Fruta de temporada	**Garbantzuak bertako barazkiekin** **Solomo freskoa entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Garbanzos con verduras locales Lomo fresco con ensalada Fruta de temporada

Gonmendatutako afaria
Cena recomendada

OHARRA Menuekin batera datorren elikadurari buruzko informazioa, 12 urteko umeen razio eta nutrizio-beharrak kontuan izanda kalkulatuta dago, menuan eskainitako 40 gramoko ogi razio egunean barne.

NOTA La información nutricional que acompaña a los menús, está calculada atendiendo al racionado y necesidades nutricionales de niños de 12 años, incluyendo los 40 g. de pan ofrecidos con el menú.

IKAST. IPARRAGIRRE

NO SOJA

otsaila - febrero 2026

ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
2 Kcal 650 HC 70 Lip 14 Prot 58	**3** Kcal 772 HC 100 Lip 24 Prot 41	**4** Kcal 784 HC 87 Lip 39 Prot 23	**5** Kcal 985 HC 122 Lip 39 Prot 35	**6** Kcal 778 HC 124 Lip 19 Prot 34
Lekak patatekin **Indioilar blanketa barazki-saltsan** **Sasoiko fruta** Vainas con patatas Blanqueta de pavo en salsa de verduras Fruta de temporada	**Garbantzuak bertako barazkiekin** **Bakailaoa piperrekin** **Sasoiko fruta** Garbanzos con verduras locales Bacalao con pimientos Fruta de temporada	**Bertoko barazki krema ogi integral txigortuarekin** **Arrautza frijituak patata frijituekin** **Jogurta** Crema de verduras locales con picatostes integrales Huevos fritos con patatas fritas Yogur	**Makarroiak bolognesa (zd)** **Legatza arrautzaztatua entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Macarrones bolognesa (dc) Merluza a la romana con ensalada Fruta de temporada	**Hiru gutiziako arroza** **Oilasko-bularkia entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Arroz tres delicias Pechuga de pollo con ensalada Fruta de temporada
9 Kcal 585 HC 91 Lip 13 Prot 28	**10** Kcal 795 HC 104 Lip 21 Prot 49	**11** Kcal 1026 HC 106 Lip 41 Prot 55	**12** Kcal 635 HC 89 Lip 23 Prot 21	**13**
Porrusalda **Legatza errioxar erara** **Sasoiko fruta** Porrusalda Merluza a la riojana Fruta de temporada	**Indaba gorriak bertako barazkiekin** **Indioilar gisatua barazki saltsan** **Sasoiko fruta** Alubias rojas con verduras locales Pavo guisado en salsa de verduras Fruta de temporada	**Makarroiak tomatearekin (zd)** **Oilasko-izterra entsaladarekin** **Esnea** Macarrones con tomate (dc) Muslo de pollo con ensalada Leche	**Azalore-krema ogi txigortuekin** **Patata tortila entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Crema de coliflor con picatostes Tortilla de patata con ensalada Fruta de temporada	**JAIA** FIESTA
16	**17**	**18** Kcal 812 HC 157 Lip 8 Prot 33	**19** Kcal 754 HC 84 Lip 36 Prot 22	**20** Kcal 859 HC 99 Lip 34 Prot 41
JAIA FIESTA	**JAIA** FIESTA	**Dilistak bertako barazkiekin** **Arroza tomatearekin** **Sasoiko fruta** Lentejas con verduras locales Arroz con tomate Fruta de temporada	**Hegazti-zopa arrozarekin** **Arrautza frijituak patata frijituekin** **Sasoiko fruta** Sopa de ave con arroz Huevos fritos con patatas fritas Fruta de temporada	**Patatak errioxar erara** **Bakailaoa arrautzaztatua entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Patatas a la riojana Bacalao a la romana con ensalada Fruta de temporada
23 Kcal 954 HC 118 Lip 35 Prot 39	**24** Kcal 703 HC 90 Lip 21 Prot 39	**25** Kcal 790 HC 108 Lip 26 Prot 35	**26** Kcal 715 HC 101 Lip 27 Prot 20	**27** Kcal 814 HC 102 Lip 29 Prot 40
Makarroiak aurora saltsan (zd) **Legatza labean entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Macarrones con salsa aurora (dc) Merluza al horno con ensalada Fruta de temporada	**Bertoko barazki krema ogi integral txigortuarekin** **Indioilar gisatua jardinera erara** **Sasoiko fruta** Crema de verduras locales con picatostes integrales Pavo guisado a la jardinera Fruta de temporada	**Babarrun zuriak bertako kalabazarekin** **Patata tortila entsaladarekin** **Jogurta** Alubias blancas con calabaza local Tortilla de patata con ensalada Yogur	**Leka azenarioarekin** **Oilasko fajita integrala barazkiekin** **Sasoiko fruta** Vainas con zanahoria Fajita integral de pollo y verduras Fruta de temporada	**Garbantzuak bertako barazkiekin** **Solomo freskoa entsaladarekin** **Sasoiko fruta** Garbanzos con verduras locales Lomo fresco con ensalada Fruta de temporada

Gonmendatutako afaria
Cena recomendada

OHARRA Menuekin batera datorren elikadurari buruzko informazioa, 12 urteko umeen razio eta nutrizio-beharrak kontuan izanda kalkulatuta dago, menuan eskainitako 40 gramoko ogi razio egunean barne.

NOTA La información nutricional que acompaña a los menús, está calculada atendiendo al racionado y necesidades nutricionales de niños de 12 años, incluyendo los 40 g. de pan ofrecidos con el menú.