



martxoa - marzo 2026

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



Gonmendatutako afaria
Cena recomendada



martxoa - marzo 2026

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



ASTELEHENA / LUNES					ASTEARTEA / MARTES					ASTEAZKENA / MIERCOLES					OSTEGUNA / JUEVES					OSTIRALA / VIERNES				
2	Kcal Lip	882 2028	HC Prot	105 38	3	Kcal Lip	717 24	HC Prot	100 29	4	Kcal Lip	842 33	HC Prot	85 52	5	Kcal Lip	780 21	HC Prot	120 31	6	Kcal Lip	728 30	HC Prot	77 38
Makarroiak italiar erara (zd)					Brokolia patatekin					Azenario purea ogi txigortuarekin					Arroza integrala bertoko barazkiekin					Hegazti-zopa arrozarekin				
Legatza saltsa berdean					Patata tortila entsaladarekin					Oilasko-izterra entsaladarekin					Bakailaoa labean entsaladarekin					100% behi-hanburgesa				
Sasoiko fruta					Sasoiko fruta					Sasoiko fruta					Sasoiko fruta					jardinera erara				
Macarrones italiana (dc)					Brocoli con patatas					Pure de zanahoria con picatostes					Arroz integral con verduras locales					Sopa de ave con arroz				
Merluza en salsa verde					Tortilla de patata con ensalada					Muslo de pollo con ensalada					Bacalao al horno con ensalada					Hamburguesa 100% vacuno a la				
Fruta de temporada					Fruta de temporada					Fruta de temporada					Fruta de temporada					jardinera				
																				Fruta de temporada				
9	Kcal Lip	649 29	HC Prot	78 23	10	Kcal Lip	756 28	HC Prot	90 37	11	Kcal Lip	884 27	HC Prot	120 38	12	Kcal Lip	694 14	HC Prot	119 28	13	Kcal Lip	557 12	HC Prot	75 40
Kalabaza-krema ogi txigortuekin					Patatak errioxar erara					Makarroiak tomatearekin (zd)					Barazki-paella					Azalorea patatekin				
Arrautza frijituak patata frijituekin					Bakailaoa labean entsaladarekin					Indioilar gisatua entsaladarekin					Legatza errioxar erara					Oilasko-bularkia piper gorriekin				
Sasoiko fruta					Sasoiko fruta					Sasoiko fruta					Sasoiko fruta					Sasoiko fruta				
Crema de calabaza con picatostes					Patatas a la riojana					Macarrones con tomate (dc)					Paella vegetal					Coliflor con patatas				
Huevos fritos con patatas fritas					Bacalao al horno con ensalada					Pavo guisado con ensalada					Merluza a la riojana					Pechuga de pollo con pimientos rojos				
Fruta de temporada					Fruta de temporada					Fruta de temporada					Fruta de temporada					Fruta de temporada				
16	Kcal Lip	816 37	HC Prot	83 41	17	Kcal Lip	673 16	HC Prot	105 27	18	Kcal Lip	562 21	HC Prot	74 21	19					20				
Patata gisatuak					Makarroiak tomatearekin (zd)					Ziazerba salteatuak					JAIA					JAIA				
Txerri-txuleta labean txanpinoiekin					Legatza labean kalabazinarekin					Patata tortila entsaladarekin														
Sasoiko fruta					Sasoiko fruta					Sasoiko fruta														
Patatas guisadas					Macarrones con tomate (dc)					Espinacas salteadas														
Chuleta de cerdo al horno con champiñones					Merluza al horno con calabacin					Tortilla de patata con ensalada					FIESTA					FIESTA				
Fruta de temporada					Fruta de temporada					Fruta de temporada														
23	Kcal Lip	816 17	HC Prot	114 57	24	Kcal Lip	754 37	HC Prot	87 20	25	Kcal Lip	941 2032	HC Prot	113 33	26	Kcal Lip	589 31	HC Prot	46 32	27				
Arroza tomatearekin					Barazki-krema ogi txigortuekin					Makarroiak italiar erara (zd)					Brokolia azenarioarekin					JAIA				
Oilasko-izterra txanpinoiekin					Arrautza frijituak patata frijituekin					Legatza labean piper gorriekin					Behi-hanburgesa 100% barazki saltsan									
Sasoiko fruta					Sasoiko fruta					Sasoiko fruta					Sasoiko fruta									
Arroz con tomate					Crema de verduras con picatostes					Macarrones italiana (dc)					Brocoli con zanahoria									
Muslo de pollo con champiñones					Huevos fritos con patatas fritas					Merluza al horno con pimientos rojos					Hamburguesa 100% vacuno en salsa de verduras					FIESTA				
Fruta de temporada					Fruta de temporada					Fruta de temporada					Fruta de temporada									
30					31																			
JAIA					JAIA																			
FIESTA					FIESTA																			



martxoa - marzo 2026

ASTELEHENA / LUNES					ASTEARTEA / MARTES					ASTEAZKENA / MIERCOLES					OSTEGUNA / JUEVES					OSTIRALA / VIERNES				
2	Kcal Lip	993 2035	HC Prot	117 35	3	Kcal Lip	758 24	HC Prot	107 33	4	Kcal Lip	855 34	HC Prot	85 53	5	Kcal Lip	723 19	HC Prot	92 44	6	Kcal Lip	930 49	HC Prot	94 26
Makarroiak italiar erara (zd) Legatza saltsa berdean Sasoiko fruta Macarrones italiana (dc) Merluza en salsa verde Fruta de temporada					Babarrun zuriak barazkiekin Patata tortila entsaladarekin Sasoiko fruta Alubias blancas con verduras Tortilla de patata con ensalada Fruta de temporada					Azenario purea ogi txigortuarekin Oilasko-izterra entsaladarekin Sojako postrea Pure de zanahoria con picatostes Muslo de pollo con ensalada Postre de soja					Dilistak bertako barazkiekin Bakailaoa labean entsaladarekin Sasoiko fruta Lentejas con verduras locales Bacalao al horno con ensalada Fruta de temporada					Hegazti-zopa arrozarekin Albondigak jardineran (d) Sasoiko fruta Sopa de ave con arroz Albondigas a la jardinera (d) Fruta de temporada				
9	Kcal Lip	649 29	HC Prot	78 23	10	Kcal Lip	756 28	HC Prot	90 37	11	Kcal Lip	869 26	HC Prot	109 51	12	Kcal Lip	694 14	HC Prot	119 28	13	Kcal Lip	729 18	HC Prot	91 49
Kalabaza-krema ogi txigortuekin Arrautza frijituak patata frijituekin Sasoiko fruta Crema de calabaza con picatostes 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					Babarrun gorriak barazkiekin Indioilar gisatua entsaladarekin Sojako postrea Alubias rojas con verduras Pavo guisado con ensalada Postre de soja					Barazki-paella Legatza errioxar erara Sasoiko fruta Paella vegetal Merluza a la riojana Fruta de temporada					Dilistak bertako barazkiekin Oilasko-bularkia piper gorriekin Sasoiko fruta Lentejas con verduras locales Pechuga de pollo con pimientos rojos Fruta de temporada				
16	Kcal Lip	927 45	HC Prot	95 38	17	Kcal Lip	784 24	HC Prot	116 24	18	Kcal Lip	779 27	HC Prot	107 31	19					20				
Patata gisatuak Txerri-txuleta labean txanpinoiekin Sasoiko fruta Patatas guisadas Chuleta de cerdo al horno con champiñones Fruta de temporada					Makarroiak tomatearekin (zd) Legatza labean kalabazinarekin Sasoiko fruta Macarrones con tomate (dc) Merluza al horno con calabacin Fruta de temporada					Garbantzuak barazkiekin Patata tortila entsaladarekin Sasoiko fruta Garbanzos con verduras Tortilla de patata con ensalada Fruta de temporada					JAIA <									



martxoa - marzo 2026

 Gonmendatutako afaria
Cena recomendada

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



martxoa - marzo 2026

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



Gonmendatutako afaria
Cena recomendada



martxoa - marzo 2026

ASTELEHENA / LUNES					ASTEARTEA / MARTES					ASTEAZKENA / MIERCOLES					OSTEGUNA / JUEVES					OSTIRALA / VIERNES				
2	Kcal Lip	797 24	HC Prot	110 41	3	Kcal Lip	758 24	HC Prot	107 33	4	Kcal Lip	758 27	HC Prot	74 57	5	Kcal Lip	716 18	HC Prot	89 51	6	Kcal Lip	838 44	HC Prot	78 32
Makarroiak italiar erara Legatza saltsa berdean Sasoiko fruta Macarrones italiana Merluza en salsa verde Fruta de temporada					Babarrun zuriak barazkiekin Patata tortila entsaladarekin Sasoiko fruta Alubias blancas con verduras Tortilla de patata con ensalada Fruta de temporada					Azenario purea ogi integral txigortuarekin Oilasko-izterra entsaladarekin Jogurta Pure de zanahoria con picatostes integrales Muslo de pollo con ensalada Yogur					Dilistak bertako barazkiekin Bakailaoa arrautzaztatua entsaladarekin Sasoiko fruta Lentejas con verduras locales Bacalao a la romana con ensalada Fruta de temporada					Hegazti-zopa fideoekin Behi- eta txerri-albondigak jardineran Sasoiko fruta Sopa de ave con fideos Albondigas de vacuno y cerdo a la jardinera Fruta de temporada				
9	Kcal Lip	649 29	HC Prot	78 23	10	Kcal Lip	748 26	HC Prot	88 44	11	Kcal Lip	783 23	HC Prot	92 56	12	Kcal Lip	694 14	HC Prot	119 28	13	Kcal Lip	617 10	HC Prot	80 52
Kalabaza-krema ogi txigortuekin Arrautza frijituak patata frijituekin Sasoiko fruta Crema de calabaza con picatostes 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					Babarrun gorriak barazkiekin Indioilar gisatua entsaladarekin Esnea Alubias rojas con verduras Pavo guisado con ensalada Leche					Barazki-paella Legatza errioxar erara Sasoiko fruta Paella vegetal Merluza a la riojana Fruta de temporada					Dilistak bertako barazkiekin Oilasko-bularkia piper gorriekin Sasoiko fruta Lentejas con verduras locales Pechuga de pollo con pimientos rojos Fruta de temporada				
16	Kcal Lip	816 37	HC Prot	83 41	17	Kcal Lip	633 12	HC Prot	104 32	18	Kcal Lip	779 27	HC Prot	107 31	19					20				
Patata gisatuak Txerri-txuleta labean txanpinoiekin Sasoiko fruta Patatas guisadas Chuleta de cerdo al horno con champiñones Fruta de temporada					Makarroiak tomatearekin Legatza labean kalabazinarekin Sasoiko fruta Macarrones con tomate Merluza al horno con calabacin Fruta de temporada					Garbantzuak barazkiekin Patata tortila entsaladarekin Sasoiko fruta Garbanzos con verduras Tortilla de patata con ensalada Fruta de temporada					JAIA FIESTA					JAIA FIESTA				
23	Kcal Lip	868 12	HC Prot	164 33	24	Kcal Lip	645 29	HC Prot	76 24	25	Kcal Lip	772 23	HC Prot	107 40	26	Kcal Lip	739 43	HC Prot	71 22	27				
Dilistak barazkiekin Arroza tomatearekin Sasoiko fruta Lentejas con verduras Arroz con tomate Fruta de temporada					Barazki-krema ogi integral txigortuekin Arrautza frijituak patata frijituekin Sasoiko fruta Crema de verduras con picatostes integrales Huevos fritos con patatas fritas Fruta de temporada					Makarroiak italiar erara Legatza labean piper gorriekin Jogurta Macarrones italiana Merluza al horno con pimientos rojos Yogur					Leka azenarioarekin Behi- eta txerri-albondigak barazki-saltsan Sasoiko fruta Vainas con zanahoria Albondigas de vacuno y cerdo en salsa de verduras Fruta de temporada					JAIA FIESTA				
30					31																			
JAIA FIESTA					JAIA FIESTA																			



martxoa - marzo 2026

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



martxoa - marzo 2026

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



martxoa - marzo 2026

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



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



martxoa - marzo 2026

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



martxoa - marzo 2026

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



martxoa - marzo 2026

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



martxoa - marzo 2026

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



ASTELEHENA / LUNES					ASTEARTEA / MARTES					ASTEAZKENA / MIERCOLES					OSTEGUNA / JUEVES					OSTIRALA / VIERNES				
2	Kcal Lip	993 2035	HC Prot	117 35	3	Kcal Lip	758 24	HC Prot	107 33	4	Kcal Lip	758 27	HC Prot	74 57	5	Kcal Lip	716 18	HC Prot	89 51	6	Kcal Lip	839 38	HC Prot	88 35
Makarroiak italiar erara (zd) Legatza saltsa berdean Sasoiko fruta Macarrones italiana (dc) Merluza en salsa verde Fruta de temporada					Babarrun zuriak barazkiekin Patata tortila entsaladarekin Sasoiko fruta Alubias blancas con verduras Tortilla de patata con ensalada Fruta de temporada					Azenario purea ogi integral txigortuarekin Oilasko-izterra entsaladarekin Jogurta Pure de zanahoria con picatostes integrales Muslo de pollo con ensalada Yogur					Dilistak bertako barazkiekin Bakailaoa arrautzaztatua entsaladarekin Sasoiko fruta Lentejas con verduras locales Bacalao a la romana con ensalada Fruta de temporada					Hegazti-zopa arrozarekin 100% behi-hanburgesa jardinera erara Sasoiko fruta Sopa de ave con arroz Hamburguesa 100% vacuno a la jardinera Fruta de temporada				
9	Kcal Lip	649 29	HC Prot	78 23	10	Kcal Lip	748 26	HC Prot	88 44	11	Kcal Lip	783 23	HC Prot	92 56	12	Kcal Lip	694 14	HC Prot	119 28	13	Kcal Lip	617 10	HC Prot	80 52
Kalabaza-krema ogi txigortuekin Arrautza frijituak patata frijituekin Sasoiko fruta Crema de calabaza con picatostes 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					Babarrun gorriak barazkiekin Indioilar gisatua entsaladarekin Esnea Alubias rojas con verduras Pavo guisado con ensalada Leche					Barazki-paella Legatza errioxar erara Sasoiko fruta Paella vegetal Merluza a la riojana Fruta de temporada					Dilistak bertako barazkiekin Oilasko-bularkia piper gorriekin Sasoiko fruta Lentejas con verduras locales Pechuga de pollo con pimientos rojos Fruta de temporada				
16	Kcal Lip	816 37	HC Prot	83 41	17	Kcal Lip	784 24	HC Prot	116 24	18	Kcal Lip	779 27	HC Prot	107 31	19					20				
Patata gisatuak Txerri-txuleta labean txanpinoiekin Sasoiko fruta Patatas guisadas Chuleta de cerdo al horno con champiñones Fruta de temporada					Makarroiak tomatearekin (zd) Legatza labean kalabazinarekin Sasoiko fruta Macarrones con tomate (dc) Merluza al horno con calabacin Fruta de temporada					Garbantzuak barazkiekin Patata tortila entsaladarekin Sasoiko fruta Garbanzos con verduras Tortilla de patata con ensalada Fruta de temporada					JAIA FIESTA					JAIA FIESTA				
23	Kcal Lip	868 12	HC Prot	164 33	24	Kcal Lip	645 29	HC Prot	76 24	25	Kcal Lip	968 2034	HC Prot	113 35	26	Kcal Lip	773 41	HC Prot	77 29	27				
Dilistak barazkiekin Arroza tomatearekin Sasoiko fruta Lentejas con verduras Arroz con tomate Fruta de temporada					Barazki-krema ogi integral txigortuekin Arrautza frijituak patata frijituekin Sasoiko fruta Crema de verduras con picatostes integrales Huevos fritos con patatas fritas Fruta de temporada					Makarroiak italiar erara (zd) Legatza labean piper gorriekin Jogurta Macarrones italiana (dc) Merluza al horno con pimientos rojos Yogur					Leka azenarioarekin Behi-hanburgesa 100% barazki saltsan Sasoiko fruta Vainas con zanahoria Hamburguesa 100% vacuno en salsa de verduras Fruta de temporada					JAIA FIESTA				
30					31																			
JAIA FIESTA					JAIA FIESTA																			