



urtarrila - enero 2026

ASTELEHENA / LUNES					ASTEARTEA / MARTES					ASTEAZKENA / MIERCOLES					OSTEGUNA / JUEVES					OSTIRALA / VIERNES				
															1					2				
															JAIA					JAIA				
															FIESTA					FIESTA				
5					6					7 Kcal 648 HC 96 Lip 13 Prot 36					8 Kcal 669 HC 110 Lip 14 Prot 27					9 Kcal 750 HC 110 Lip 20 Prot 36				
JAIA					JAIA					Lekak patatekin Dilistak bertako barazkiekin Gazta txikia Vainas con patatas Lentejas con verduras locales Quesitos					Garbantzuak kalabazarekin (kh) Bertako barazki-krema Sasoiko fruta Garbanzos con calabaza (cm) Crema de verduras locales Fruta de temporada					Makarroiak tomatearekin Izokina marinel saltsan Sasoiko fruta Macarrones con tomate Salmon en salsa marinera Fruta de temporada				
										Barazki - Prot. Vegetala - Fruta Verdura - Prot. Vegetal - Fruta					Entsalada - Patata - Fruta Ensalada - Patata - Fruta					Barazki - Prot. Vegetala - Esnekia Verdura - Prot. Vegetal - Lácteo				
12 Kcal 724 HC 138 Lip 5 Prot 31					13 Kcal 647 HC 82 Lip 28 Prot 18					14 Kcal 711 HC 71 Lip 32 Prot 36					15 Kcal 751 HC 97 Lip 27 Prot 32					16 Kcal 725 HC 116 Lip 15 Prot 32				
Dilistak barazkiekin (kh) Barazki-paella (kh) Sasoiko fruta Lentejas con verduras (cm) Paella vegetal (cm) Fruta de temporada					Fideo zopa (gg) Patata tortila labean entsaladarekin (kh) Sasoiko fruta Sopa de fideos (gg) Tortilla de patata al horno con ensalada (cm) Fruta de temporada					Porrusalda krema Arrautza egosiak tomate-saltsarekin Jogurta Crema de purrusalda Huevos cocidos con salsa de tomate Yogur					Patata gisatuak (gg) Legatza arrautzaztatua entsaladarekin Sasoiko fruta Patatas guisadas (gg) Merluza a la romana con ensalada Fruta de temporada					Indaba gorriak bertako barazkiekin Lekak patatekin Sasoiko fruta Alubias rojas con verduras locales Vainas con patatas Fruta de temporada				
Krema - Hegazti - Jogurta Crema - Ave - Yogur					Barazki - Prot. Vegetala - Esnekia Verdura - Prot. Vegetal - Lácteo					Zopa - Barazki - Jogurta Sopa - Verdura - Yogur					Entsalada - Patata - Fruta Ensalada - Patata - Fruta					Barazki - Prot. Vegetala - Esnekia Verdura - Prot. Vegetal - Lácteo				
19 Kcal 829 HC 103 Lip 34 Prot 31					20 Kcal 669 HC 78 Lip 27 Prot 29					21 Kcal 742 HC 119 Lip 13 Prot 42					22 Kcal 672 HC 118 Lip 9 Prot 32					23 Kcal 778 HC 129 Lip 18 Prot 26				
Garbantzuak bertako barazkiekin Patata tortila labean entsaladarekin Sasoiko fruta Garbanzos con verduras locales Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta de temporada					Bertako kalabaza-krema Tofu saltsan patata frijituekin Sasoiko fruta Crema de calabaza local Tofu en salsa con patatas fritas Fruta de temporada					Barazki-paella Bakailaoa errioxako erara Sasoiko fruta Paella vegetal Bacalao a la riojana Fruta de temporada					Dilistak barazkiekin (kh) Porrusalda Sasoiko fruta Lentejas con verduras (cm) Purrusalda Fruta de temporada					Barazki-menestra Makarroiak tomatearekin Aihoria Menestra de verduras Macarrones con tomate Natillas				
Barazki - Haragi - Esnekia Verdura - Carne - Lácteo					Barazki - Prot. Vegetala - Fruta Verdura - Prot. Vegetal - Fruta					Zopa - Barazki - Jogurta Sopa - Verdura - Yogur					Patata - Arrautz - Jogurta Patata - Huevo - Yogur					Arroza - Prot. Vegetala - Fruta Arroz - Prot. Vegetal - Fruta				
26 Kcal 751 HC 140 Lip 12 Prot 21					27 Kcal 740 HC 81 Lip 35 Prot 26					28 Kcal 743 HC 117 Lip 15 Prot 38					29 Kcal 945 HC 112 Lip 41 Prot 35					30 Kcal 923 HC 127 Lip 28 Prot 40				
Arroza tomatearekin Lekak patatekin Sasoiko fruta Arroz con tomate Vainas con patatas Fruta de temporada					Porru- eta ziazerba-krema lekaleekin (kh) Paisana tortila entsaladarekin Esnea Crema de puerros y espinacas y legumbre (cm) Tortilla paisana con ensalada Leche					Patatak saltsa berdean (kh) Dilistak bertako barazkiekin Sasoiko fruta Patatas en salsa verde (cm) Lentejas con verduras locales Fruta de temporada					Indaba zuriak barazkiekin Patata eta hegalabur tortila labean entsaladarekin (kh) Sasoiko fruta Alubias blancas con verduras (cm) Tortilla de patata y atun al horno con ensalada (cm) Fruta de temporada					Makarroiak tomatearekin (kh) Arrain freskoa erromatar erara entsaladarekin Sasoiko fruta Macarrones con tomate (cm) Pescado fresco a la romana con ensalada Fruta de temporada				
Barazki - Haragi - Jogurta Verdura - Carne - Yogur					Entsalada - Prot. Vegetala - Esnekia Ensalada - Prot. Vegetal - Lácteo					Arroza - Barazki - Fruta Arroz - Verdura - Fruta					Zopa - Barazki - Fruta Sopa - Verdura - Fruta					Entsalada - Barazki - Esnekia Ensalada - Verdura - Lácteo				

