



ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
			1	2
			JAIA FIESTA	JAIA FIESTA
5	6 Kcal 915 HC 128 Lip 34 Prot 29	7 Kcal 771 HC 77 Lip 40 Prot 26	8 Kcal 712 HC 107 Lip 14 Prot 42	9 Kcal 776 HC 73 Lip 28 Prot 63
JAIA FIESTA	Arroza tomatearekin Hanburgesa jardinera erara Fruta freskoa Arroz con tomate Hamburguesa a la jardinera Fruta fresca	Bertako barazki krema Atun tortilla frantsesa entsaladarekin Fruta freskoa Crema de verduras locales Tortilla francesa de atun con ensalada Fruta fresca	Indaba zuriak bertako barazkiekin Legatza meniere eran Fruta freskoa Alubias blancas con verduras locales Merluza meniere Fruta fresca	Patatak errioxar erara Oilasko izterra piper gorriekin Gazta txikia "la vaca que rie" Patatas a la riojana Muslo de pollo con pimientos rojos Quesitos la vaca que rie
	Krema - Hegazti - Esnekia Crema - Ave - Lácteo	Patata - Arraina - Yogurra Patata - Pescado - Yogur	Entsalada - Hegazti - Yogurra Ensalada - Ave - Yogur	Barazki - Arraina - Fruta Verdura - Pescado - Fruta
12 Kcal 949 HC 69 Lip 57 Prot 37	13 Kcal 666 HC 70 Lip 24 Prot 43	14 Kcal 806 HC 115 Lip 29 Prot 23	15 Kcal 816 HC 111 Lip 24 Prot 43	16 Kcal 609 HC 82 Lip 13 Prot 44
Lekak patatekin Odoloste errioxar erara Fruta freskoa Vainas con patatas Morcilla a la riojana Fruta fresca	Hegazti zopa fideo integralekin Solomo adobatuta entsaladarekin Fruta freskoa Sopa de ave con fideos integrales Lomo adobado con ensalada Fruta fresca	Dilistak bertako barazkiekin Arrautz frijituak patata frijituekin Fruta freskoa Lentejas con verduras locales Huevos fritos con patatas fritas Fruta fresca	Karakolilloak tomatearekin Bakailaoa erromatar erara entsaladarekin Aihoria Caracolillos con tomate Bacalao a la romana con ensalada Natillas	Bertako kui krema ogi txigortuarekin Oilasko petxuga azenario eta txanpiñoiekin Fruta freskoa Crema de calabaza local con picatostes Pechuga de pollo con zanahoria y champiñon Fruta fresca
Pasta - Arraina - Yogurra Pasta - Pescado - Yogur	Entsalada - Arrautz - Yogurra Ensalada - Huevo - Yogur	Barazki - Hegazti - Yogurra Verdura - Ave - Yogur	Krema - Haragi - Fruta Crema - Carne - Fruta	Arroza - Arraina - Yogurra Arroz - Pescado - Yogur
19 Kcal 825 HC 131 Lip 29 Prot 16	20 Kcal 724 HC 99 Lip 20 Prot 39	21 Kcal 805 HC 104 Lip 31 Prot 32	22 Kcal 789 HC 73 Lip 31 Prot 57	23 Kcal 897 HC 104 Lip 25 Prot 38
Arroza integrala bertoko barazkiekin San jakoboa entsaladarekin Fruta freskoa Arroz integral con verduras locales San jacobito con ensalada Fruta fresca	Indaba gorriak bertako barazkiekin Legatza marinela saltsan Fruta freskoa Alubias rojas con verduras locales Merluza en salsa marinera Fruta fresca	Makarroiak italiar erara Arrautz frijituak patata frijituekin Fruta freskoa Macarrones italiana Huevos fritos con patatas fritas Fruta fresca	Bertako barazki krema Oilasko izterra entsaladarekin Izozkia Crema de verduras locales Muslo de pollo con ensalada Helado	Garbantzuak bertako kuiarekin Hegaluze medailoia errioxar erara Fruta freskoa Garbanzos con calabaza local Medallón de bonito a la riojana Fruta fresca
Entsalada - Arrautz - Yogurra Ensalada - Huevo - Yogur	Krema - Hegazti - Yogurra Crema - Ave - Yogur	Barazki - Haragi - Yogurra Verdura - Carne - Yogur	Patata - Arraina - Fruta Patata - Pescado - Fruta	Zopa - Arrautz - Esnekia Sopa - Huevo - Lácteo
26 Kcal 956 HC 89 Lip 50 Prot 42	27 Kcal 702 HC 78 Lip 25 Prot 45	28 Kcal 845 HC 104 Lip 26 Prot 52	29 Kcal 797 HC 116 Lip 25 Prot 33	30 Kcal 635 HC 80 Lip 24 Prot 19
Dilista erregosiak Oilasko saltxitxak freskuak entsaladarekin Fruta freskoa Lentejas estofadas Salchichas frescas de ave con ensalada Fruta fresca	Porrusalda krema Txahal gisatua barazki saltsan Jogurra Crema de purrusalda Guisado de ternera en salsa de verduras Yogur	Indaba zuriak bertako barazkiekin Txerri giarra labean jardinera erara Fruta freskoa Alubias blancas con verduras locales Guiarra de cerdo al horno a la jardinera Fruta fresca	Haragizko paella Legatz arrautzaztatua entsaladarekin Fruta freskoa Paella de carne Merluza a la romana con ensalada Fruta fresca	Barazki menestra Patata tortila entsaladarekin Fruta freskoa Menestra de verduras Tortilla de patata con ensalada Fruta fresca
Barazki - Arraina - Esnekia Verdura - Pescado - Lácteo	Arroza - Arrautz - Fruta Arroz - Huevo - Fruta	Krema - Arraina - Yogurra Crema - Pescado - Yogur	Barazki - Hegazti - Yogurra Verdura - Ave - Yogur	Zopa - Haragi - Yogurra Sopa - Carne - Yogur