



urtarrila - enero 2025

ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZKENA / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES
		1	2	3
		JAIA FIESTA	EZ DAGO MENURIK NO HAY MENU	EZ DAGO MENURIK NO HAY MENU
6	7 Kcal 763 HC 83 Lip 31 Prot 36	8 Kcal 776 HC 92 Lip 32 Prot 30	9 Kcal 901 HC 76 Lip 44 Prot 53	10 Kcal 766 HC 114 Lip 19 Prot 38
JAIA FIESTA	Lekak patatekin Behi-hanburgesa 100% txanpinoekin Sasoiko fruta Vainas con patatas Hamburguesa 100% vacuno con champiñones (cm) Fruta de temporada	Garbantzuak kalabazarekin (kh) Patata tortila labean entsaladarekin (kh) Gazta txikia eta irasagarra Garbanzos con calabaza (cm) Tortilla de patata al horno con ensalada (cm) Quesito con membrillo	Porrusalda Oilasko-izterra errea entsaladarekin Sasoiko fruta Purrusalda Muslo de pollo asado con ensalada Fruta de temporada	Makarroiak tomatearekin Izokina marinela saltsan Sasoiko fruta Macarrones con tomate Salmon en salsa marinera (cm) Fruta de temporada
	Pasta - Arraina - Jogurta Pasta - Pescado - Yogur	Entsalada - Arraina - Fruta Ensalada - Pescado - Fruta	Barazki - Haragi - Esnekia Verdura - Carne - Lácteo	Barazki - Hegazti - Jogurta Verdura - Ave - Yogur
13 Kcal 724 HC 138 Lip 5 Prot 31	14 Kcal 703 HC 78 Lip 33 Prot 25	15 Kcal 702 HC 78 Lip 25 Prot 45	16 Kcal 711 HC 84 Lip 25 Prot 40	17 Kcal 711 HC 89 Lip 19 Prot 49
Dilistak barazkiekin (kh) Barazki-paella (kh) Sasoiko fruta Lentejas con verduras (cm) Paella vegetal (cm) Fruta de temporada	Hegazti-zopa fideoekin Patata tortila labean entsaladarekin (kh) Sasoiko fruta Sopa de ave con fideos Tortilla de patata al horno con ensalada (cm) Fruta de temporada	Porrusalda krema Txahal-gisatua barazki-saltsan (kh) Jogurta Crema de purrusalda Guisado de ternera en salsa de verduras (cm) Yogur	Patata gisatuak Bakailaoa arrautzatzatua entsaladarekin Sasoiko fruta Patatas guisadas Bacalao a la romana con ensalada Fruta de temporada	Indaba gorriak bertako barazkiekin Oilasko-bularkia jardinerara (kh) Sasoiko fruta Alubias rojas con verduras locales Pechuga de pollo a la jardinera (cm) Fruta de temporada
Krema - Hegazti - Jogurta Crema - Ave - Yogur	Barazki - Arraina - Jogurta Verdura - Pescado - Yogur	Arroza - Arraina - Fruta Arroz - Pescado - Fruta	Krema - Haragi - Jogurta Crema - Carne - Yogur	Entsalada - Arraultz - Jogurta Ensalada - Huevo - Yogur
20 Kcal 829 HC 103 Lip 34 Prot 31	21 Kcal 693 HC 84 Lip 25 Prot 37	22 Kcal 775 HC 118 Lip 20 Prot 35	23 Kcal 770 HC 92 Lip 20 Prot 45	24 Kcal 778 HC 92 Lip 37 Prot 20
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 Txahal-xerra ogi birrineztatua patata frijituarekin (kh) Sasoiko fruta Crema de calabaza local Filete de ternera empanado con patatas fritas (cm) Fruta de temporada	Haragi-paella (kh) Izokina errioxar erara (kh) Sasoiko fruta Paella de carne (cm) Salmon a la riojana (cm) Fruta de temporada	Dilistak barazkiekin (kh) Hegazti-hanburgesa piper gorriekin Sasoiko fruta Lentejas con verduras (cm) Hamburguesa de ave con pimientos rojos Fruta de temporada	Barazki-menestra Hegazti san jakoboa entsaladarekin Aihoria Menestra de verduras San jacoboa de ave con ensalada Natillas
Barazki - Haragi - Esnekia Verdura - Carne - Lácteo	Arroza - Arraina - Jogurta Arroz - Pescado - Yogur	Entsalada - Arraultz - Jogurta Ensalada - Huevo - Yogur	Krema - Arraina - Jogurta Crema - Pescado - Yogur	Patata - Hegazti - Fruta Patata - Ave - Fruta
27 Kcal 850 HC 125 Lip 25 Prot 36	28 Kcal 661 HC 65 Lip 24 Prot 47	29 Kcal 669 HC 73 Lip 23 Prot 44	30 Kcal 945 HC 112 Lip 41 Prot 35	31 Kcal 854 HC 117 Lip 27 Prot 40
Arroza tomatearekin Legatza arrautzatzatua entsaladarekin Sasoiko fruta Arroz con tomate Merluza a la romana con ensalada Fruta de temporada	Porru- eta ziazerba-krema lekaleekin (kh) Txahal-gisatua barazki-saltsan (kh) Esnea Crema de puerros y espinacas y legumbre (cm) Guisado de ternera en salsa de verduras (cm) Leche	Patatak saltsa berdean (kh) Oilasko-bularkia jardinerara Sasoiko fruta Patatas en salsa verde (cm) Pechuga de pollo a la jardinera 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	Makarroi integralak tomatekin (kh) Arrain freskoa erromatar erara entsaladarekin Sasoiko fruta Macarrones integrales con tomate (cm) Pescado fresco a la romana con ensalada Fruta de temporada
Barazki - Haragi - Jogurta Verdura - Carne - Yogur	Zopa - Arraultz - Fruta Sopa - Huevo - Fruta	Barazki - Arraina - Jogurta Verdura - Pescado - Yogur	Krema - Hegazti - Jogurta Crema - Ave - Yogur	Arroza - Arraultz - Jogurta Arroz - Huevo - Yogur