



martxoa - marzo 2026

ASTELEHENA / LUNES					ASTEARTEA / MARTES				ASTEAZKENA / MIERCOLES				OSTEGUNA / JUEVES				OSTIRALA / VIERNES							
2	Kcal	721	HC	91	3	Kcal	839	HC	85	4	Kcal	641	HC	75	5	Kcal	844	HC	123	6	Kcal	798	HC	64
Lip	18	Prot	48	Lip	43	Prot	30	Lip	25	Prot	32	Lip	24	Prot	39	Lip	45	Prot	30	Lip	45	Prot	30	
Dilistak barazkiekin (kh) Legatza arrautzaztatua piper gorriekin Sasoiko fruta Lentejas con verduras (cm) Merluza a la romana con pimientos rojos Fruta de temporada					Hegazti-zopa fideoekin Patata eta hegalabur tortila labean entsaladarekin (kh) Sasoiko fruta Sopa de ave con fideos Tortilla de patata y atun al horno con ensalada (cm) Fruta de temporada				Porrusalda Izokina saltsa berdean (kh) Sasoiko fruta Purrusalda Salmon en salsa verde (cm) Fruta de temporada				Arroza tomatearekin (kh) Txahal-xerra ogi birrineztatua entsaladarekin (kh) Sasoiko fruta Arroz con tomate (cm) Filete de ternera empanado con ensalada (cm) Fruta de temporada				Lekak patatekin Hegazti saltxitxa freskoak egosiak tomate saltsan Gazta txikia eta irasagarra Vainas con patatas Salchichas frescas de ave cocidas con salsa de tomate Quesito con membrillo							
Arroza - Arraultz - Jogurta Arroz - Huevo - Yogur					Entsalada - Haragi - Jogurta Ensalada - Carne - Yogur				Barazki - Hegazti - Jogurta Verdura - Ave - Yogur				Krema - Arraina - Jogurta Crema - Pescado - Yogur				Pasta - Arraultz - Fruta Pasta - Huevo - Fruta							
9	Kcal	753	HC	101	10	Kcal	831	HC	86	11	Kcal	724	HC	138	12	Kcal	843	HC	98	13	Kcal	921	HC	105
Lip	30	Prot	19	Lip	39	Prot	39	Lip	5	Prot	31	Lip	33	Prot	41	Lip	41	Prot	35	Lip	41	Prot	35	
Bertako barazki-krema Oilasko-kroketak entsaladarekin Flana Crema de verduras locales Croquetas de pollo con ensalada Flan					Hegazti-zopa fideoekin Behi-hanburgesa 100% piper gorriekin (kh) Sasoiko fruta Sopa de ave con fideos Hamburguesa 100% vacuno con pimientos rojos (cm) Fruta de temporada				 Dilistak barazkiekin (kh) Barazki-paella (kh) Sasoiko fruta Lentejas con verduras (cm) Paella vegetal (cm) Fruta de temporada				Patatak errioxar erara Arrain freskoa erromatar erara entsaladarekin Sasoiko fruta Patatas a la riojana Pescado fresco a la romana con ensalada Fruta de temporada				Indaba gorriak bertako barazkiekin Patata eta txorizo tortila labean entsaladarekin (kh) Sasoiko fruta Alubias rojas con verduras locales Tortilla de patata y chorizo al horno con ensalada (cm) Fruta de temporada							
Arroza - Arraina - Fruta Arroz - Pescado - Fruta					Entsalada - Arraultz - Jogurta Ensalada - Huevo - Yogur				Barazki - Arraina - Jogurta Verdura - Pescado - Yogur				Krema - Hegazti - Esnekia Crema - Ave - Lácteo				Barazki - Haragi - Fruta Verdura - Carne - Fruta							
16	Kcal	696	HC	91	17	Kcal	868	HC	123	18	Kcal	655	HC	77	19				20	Kcal	791	HC	118	
Lip	15	Prot	49	Lip	31	Prot	25	Lip	24	Prot	35					Lip	18	Prot	44					
Garbantzuak bertako barazkiekin (kh) Solomo ontzutua txanpinoiekin Sasoiko fruta Garbanzos con verduras (cm) Lomo adobado con champiñones Fruta de temporada					Makarroiak tomatearekin (kh) Patata tortila labean entsaladarekin (kh) Sasoiko fruta Macarrones con tomate (cm) Tortilla de patata al horno con ensalada (cm) Fruta de temporada				Barazki-krema lekaleekin (kh) Oilasko-bularkia entsaladarekin Jogurta Crema de verduras y legumbre (cm) Pechuga de pollo con ensalada Yogur				JAIA FIESTA				Haragi-paella (kh) Bakailaoa errioxako erara Sasoiko fruta Paella de carne (cm) Bacalao a la riojana Fruta de temporada							
Barazki - Haragi - Jogurta Verdura - Carne - Yogur					Krema - Arraina - Jogurta Crema - Pescado - Yogur				Zopa - Arraina - Fruta Sopa - Pescado - Fruta								Barazki - Arraultz - Esnekia Verdura - Huevo - Lácteo							
23	Kcal	889	HC	103	24	Kcal	706	HC	75	25	Kcal	803	HC	96	26	Kcal	971	HC	66	27	Kcal	836	HC	119
Lip	36	Prot	38	Lip	24	Prot	47	Lip	28	Prot	46	Lip	55	Prot	56	Lip	55	Prot	56	Lip	23	Prot	39	
Dilistak barazkiekin (kh) Patata eta hegalabur tortila labean entsaladarekin (kh) Sasoiko fruta Lentejas con verduras (cm) Tortilla de patata y atun al horno con ensalada (cm) Fruta de temporada					Barazki-menestra (kh) Txahal-gisatua barazki-saltsan (kh) Sasoiko fruta Menestra de verduras (cm) Guisado de ternera en salsa de verduras (cm) Fruta de temporada				Babarrun zurien lapikokoa Izokina meniere erara Sasoiko fruta Cocido de alubias blancas Salmon meniere Fruta de temporada				Bertako barazki-krema Oilasko-izterra errea patata frijituekin Esnea Crema de verduras locales Muslo de pollo asado con patatas fritas Leche				Makarroiak tomatearekin (kh) Legatza arrautzaztatua piper gorriekin Sasoiko fruta Macarrones con tomate (cm) Merluza a la romana con pimientos rojos Fruta de temporada							
Krema - Hegazti - Jogurta Crema - Ave - Yogur					Barazki - Arraultz - Jogurta Verdura - Huevo - Yogur				Barazki - Hegazti - Jogurta Verdura - Ave - Yogur				Pasta - Arraina - Fruta Pasta - Pescado - Fruta				Arroza - Hegazti - Esnekia Arroz - Ave - Lácteo							
30					31																			
JAIA					JAIA																			
FIESTA					FIESTA																			



martxoa - marzo 2026

ASTELEHENA / LUNES					ASTEARTEA / MARTES				ASTEAZKENA / MIERCOLES				OSTEGUNA / JUEVES				OSTIRALA / VIERNES							
2	Kcal Lip	721 18	HC Prot	91 48	3	Kcal Lip	839 43	HC Prot	85 30	4	Kcal Lip	641 25	HC Prot	75 32	5	Kcal Lip	844 24	HC Prot	123 39	6	Kcal Lip	798 45	HC Prot	64 30
Dilistak barazkiekin (kh) Legatza arrautzaztatua piper gorriekin Sasoiko fruta Lentejas con verduras (cm) Merluza a la romana con pimientos rojos Fruta de temporada					Hegazti-zopa fideoekin Patata eta hegalabur tortila labean entsaladarekin (kh) Sasoiko fruta Sopa de ave con fideos Tortilla de patata y atun al horno con ensalada (cm) Fruta de temporada				Porrusalda Izokina saltsa berdean (kh) Sasoiko fruta Purrusalda Salmon en salsa verde (cm) Fruta de temporada				Arroza tomatearekin (kh) Txahal-xerra ogi birrineztatua entsaladarekin (kh) Sasoiko fruta Arroz con tomate (cm) Filete de ternera empanado con ensalada (cm) Fruta de temporada				Lekak patatekin Hegazti saltxitxa freskoak egosiak tomate saltsan Gazta txikia eta irasagarra Vainas con patatas Salchichas frescas de ave cocidas con salsa de tomate Quesito con membrillo							
Arroza - Arraultz - Jogurta Arroz - Huevo - Yogur					Entsalada - Haragi - Jogurta Ensalada - Carne - Yogur				Barazki - Hegazti - Jogurta Verdura - Ave - Yogur				Krema - Arraina - Jogurta Crema - Pescado - Yogur				Pasta - Arraultz - Fruta Pasta - Huevo - Fruta							
9	Kcal Lip	753 30	HC Prot	101 19	10	Kcal Lip	831 39	HC Prot	86 39	11	Kcal Lip	724 5	HC Prot	138 31	12	Kcal Lip	806 32	HC Prot	94 38	13	Kcal Lip	810 31	HC Prot	105 31
Bertako barazki-krema Oilasko-kroketak entsaladarekin Flana Crema de verduras locales Croquetas de pollo con ensalada Flan					Hegazti-zopa fideoekin Behi-hanburgesa 100% piper gorriekin (kh) Sasoiko fruta Sopa de ave con fideos Hamburguesa 100% vacuno con pimientos rojos (cm) Fruta de temporada				Dilistak barazkiekin (kh) Barazki-paella (kh) Sasoiko fruta Lentejas con verduras (cm) Paella vegetal (cm) Fruta de temporada				Patata gisatuak Arrain freskoa erromatar erara entsaladarekin Sasoiko fruta Patatas guisadas Pescado fresco a la romana con ensalada Fruta de temporada				Indaba gorriak bertako barazkiekin Patata tortila labean entsaladarekin Sasoiko fruta Alubias rojas con verduras locales Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta de temporada							
Arroza - Arraina - Fruta Arroz - Pescado - Fruta					Entsalada - Arraultz - Jogurta Ensalada - Huevo - Yogur				Barazki - Arraina - Jogurta Verdura - Pescado - Yogur				Krema - Hegazti - Esnekia Crema - Ave - Lácteo				Barazki - Haragi - Fruta Verdura - Carne - Fruta							
16	Kcal Lip	686 18	HC Prot	83 48	17	Kcal Lip	868 31	HC Prot	123 25	18	Kcal Lip	655 24	HC Prot	77 35	19					20	Kcal Lip	791 18	HC Prot	118 44
Garbantzuak bertako barazkiekin (kh) Oilasko-bularkia txanpinoiekin Sasoiko fruta Garbanzos con verduras (cm) Pechuga de pollo con champiñones Fruta de temporada					Makarroiak tomatearekin (kh) Patata tortila labean entsaladarekin (kh) Sasoiko fruta Macarrones con tomate (cm) Tortilla de patata al horno con ensalada (cm) Fruta de temporada				Barazki-krema lekaleekin (kh) Oilasko-bularkia entsaladarekin Jogurta Crema de verduras y legumbre (cm) Pechuga de pollo con ensalada Yogur				JAIA FIESTA				Haragi-paella (kh) Bakailaoa errioxako erara Sasoiko fruta Paella de carne (cm) Bacalao a la riojana Fruta de temporada							
Barazki - Haragi - Jogurta Verdura - Carne - Yogur					Krema - Arraina - Jogurta Crema - Pescado - Yogur				Zopa - Arraina - Fruta Sopa - Pescado - Fruta								Barazki - Arraultz - Esnekia Verdura - Huevo - Lácteo							
23	Kcal Lip	889 36	HC Prot	103 38	24	Kcal Lip	706 24	HC Prot	75 47	25	Kcal Lip	763 24	HC Prot	97 44	26	Kcal Lip	971 55	HC Prot	66 56	27	Kcal Lip	836 23	HC Prot	119 39
Dilistak barazkiekin (kh) Patata eta hegalabur tortila labean entsaladarekin (kh) Sasoiko fruta Lentejas con verduras (cm) Tortilla de patata y atun al horno con ensalada (cm) Fruta de temporada					Barazki-menestra (kh) Txahal-gisatua barazki-saltsan (kh) Sasoiko fruta Menestra de verduras (cm) Guisado de ternera en salsa de verduras (cm) Fruta de temporada				Indaba zuriak bertako barazkiekin Izokina meniere erara Sasoiko fruta Alubias blancas con verduras locales Salmon meniere Fruta de temporada				Bertako barazki-krema Oilasko-izterra errea patata frijituekin Esnea Crema de verduras locales Muslo de pollo asado con patatas fritas Leche				Makarroiak tomatearekin (kh) Legatza arrautzaztatua piper gorriekin Sasoiko fruta Macarrones con tomate (cm) Merluza a la romana con pimientos rojos Fruta de temporada							
Krema - Hegazti - Jogurta Crema - Ave - Yogur					Barazki - Arraultz - Jogurta Verdura - Huevo - Yogur				Barazki - Hegazti - Jogurta Verdura - Ave - Yogur				Pasta - Arraina - Fruta Pasta - Pescado - Fruta				Arroza - Hegazti - Esnekia Arroz - Ave - Lácteo							
30					31																			
JAIA					JAIA																			
FIESTA					FIESTA																			



martxoa - marzo 2026

ASTELEHENA / LUNES					ASTEARTEA / MARTES					ASTEAZKENA / MIERCOLES					OSTEGUNA / JUEVES					OSTIRALA / VIERNES					
2	Kcal Lip	721 18	HC Prot	91 48	3	Kcal Lip	783 38	HC Prot	90 22	4	Kcal Lip	532 24	HC Prot	52 28	5	Kcal Lip	874 28	HC Prot	137 24	6	Kcal Lip	717 15	HC Prot	112 32	
Dilistak barazkiekin (kh) Legatza arrautzaztatua piper gorriekin Sasoiko fruta Lentejas con verduras (cm) Merluza a la romana con pimientos rojos Fruta de temporada					Fideo zopa (gg) Patata eta hegalabur tortila labean entsaladarekin (kh) Sasoiko fruta Sopa de fideos (gg) Tortilla de patata y atun al horno con ensalada (cm) Fruta de temporada					Porrusalda Izokina saltsa berdean (kh) Sasoiko fruta Purrusalda Salmon en salsa verde (cm) Fruta de temporada					Arroza tomatearekin (kh) Paisana tortila entsaladarekin Sasoiko fruta Arroz con tomate (cm) Tortilla paisana con ensalada Fruta de temporada					Lekak patatekin Indaba zuriak bertako barazkiekin Gazta txikia eta irasagarra Vainas con patatas Alubias blancas con verduras locales Quesito con membrillo					
Arroza - Arraultz - Jogurta Arroz - Huevo - Yogur					Entsalada - Barazki - Esnekia Ensalada - Verdura - Lácteo					Krema - Prot. Vegetala - Fruta Crema - Prot. Vegetal - Fruta					Barazki - Arraultz - Esnekia Verdura - Huevo - Lácteo					Zopa - Barazki - Fruta Sopa - Verdura - Fruta					
9	Kcal Lip	741 14	HC Prot	134 24	10	Kcal Lip	661 29	HC Prot	70 34	11	Kcal Lip	724 5	HC Prot	138 31	12	Kcal Lip	792 28	HC Prot	104 33	13	Kcal Lip	810 31	HC Prot	105 31	
Bertako barazki-krema Makarroiak tomatearekin Flana Crema de verduras locales Macarrones con tomate Flan					Fideo zopa (gg) Arrautza egosiak tomate-saltsarekin Sasoiko fruta Sopa de fideos (gg) Huevos cocidos con salsa de tomate Fruta de temporada					Dilistak barazkiekin (kh) Barazki-paella (kh) Sasoiko fruta Lentejas con verduras (cm) Paella vegetal (cm) Fruta de temporada					Patata gisatuak (gg) Arrain freskoa erromatar erara entsaladarekin Sasoiko fruta Patatas guisadas (gg) Pescado fresco a la romana con ensalada Fruta de temporada					Indaba gorriak bertako barazkiekin Patata tortila labean entsaladarekin Sasoiko fruta Alubias rojas con verduras locales Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta de temporada					
Arroza - Arraina - Fruta Arroz - Pescado - Fruta					Entsalada - Barazki - Esnekia Ensalada - Verdura - Lácteo					Arroza - Barazki - Fruta Arroz - Verdura - Fruta					Entsalada - Barazki - Fruta Ensalada - Verdura - Fruta					Zopa - Prot. Vegetala - Jogurta Sopa - Prot. Vegetal - Yogur					
16	Kcal Lip	700 14	HC Prot	110 31	17	Kcal Lip	868 31	HC Prot	123 25	18	Kcal Lip	704 33	HC Prot	65 36	19	JAIA FIESTA					20	Kcal Lip	742 13	HC Prot	119 42
Garbantzuak bertako barazkiekin (kh) Lekak patatekin Sasoiko fruta Garbanzos con verduras (cm) Vainas con patatas Fruta de temporada					Makarroiak tomatearekin (kh) Patata tortila labean entsaladarekin (kh) Sasoiko fruta Macarrones con tomate (cm) Tortilla de patata al horno con ensalada (cm) Fruta de temporada					Barazki-krema lekaleekin (kh) Arrautza egosiak tomate-saltsarekin Jogurta Crema de verduras y legumbre (cm) Huevos cocidos con salsa de tomate Yogur					Barazki-paella Bakailaoa errioxako erara Sasoiko fruta Paella vegetal Bacalao a la riojana Fruta de temporada										
Pasta - Barazki - Fruta Pasta - Verdura - Fruta					Barazki - Arraultz - Esnekia Verdura - Huevo - Lácteo					Barazki - Prot. Vegetala - Fruta Verdura - Prot. Vegetal - Fruta					Entsalada - Arraultz - Esnekia Ensalada - Huevo - Lácteo										
23	Kcal Lip	889 36	HC Prot	103 38	24	Kcal Lip	761 15	HC Prot	137 23	25	Kcal Lip	763 24	HC Prot	97 44	26	Kcal Lip	717 36	HC Prot	62 38	27	Kcal Lip	836 23	HC Prot	119 39	
Dilistak barazkiekin (kh) Patata eta hegalabur tortila labean entsaladarekin (kh) Sasoiko fruta Lentejas con verduras (cm) Tortilla de patata y atun al horno con ensalada (cm) Fruta de temporada					Barazki-menestra (kh) Barazki-paella Jogurta Menestra de verduras (cm) Paella vegetal Yogur					Indaba zuriak bertako barazkiekin Izokina meniere erara Sasoiko fruta Alubias blancas con verduras locales Salmon meniere Fruta de temporada					Bertako barazki-krema Arrautza egosiak tomate-saltsarekin Esnea Crema de verduras locales Huevos cocidos con salsa de tomate Leche					Makarroiak tomatearekin (kh) Legatza arrautzaztatua piper gorriekin Sasoiko fruta Macarrones con tomate (cm) Merluza a la romana con pimientos rojos Fruta de temporada					
Krema - Hegazti - Jogurta Crema - Ave - Yogur					Barazki - Arraultz - Jogurta Verdura - Huevo - Yogur					Pasta - Arraina - Fruta Pasta - Pescado - Fruta					Barazki - Hegazti - Jogurta Verdura - Ave - Yogur					Arroza - Hegazti - Esnekia Arroz - Ave - Lácteo					
30					31																				
JAIA					JAIA																				
FIESTA					FIESTA																				

