



otsaila - febrero 2026



ASTELEHENA / LUNES					ASTEARTEA / MARTES				ASTEAZKENA / MIERCOLES				OSTEGUNA / JUEVES				OSTIRALA / VIERNES										
2	Kcal	766	HC	110	3	Kcal	648	HC	75	4	Kcal	874	HC	115	5	Kcal	833	HC	87	6	Kcal	577	HC	66			
Lip	Lip	19	Prot	42	Lip	Lip	28	Prot	27	Lip	Lip	23	Prot	56	Lip	Lip	34	Prot	48	Lip	Lip	16	Prot	43			
Dilistak arroza integralarekin Abadira marinela saltsan Sasoiko fruta Lentejas con arroz integral Abadejo en salsa marinera Fruta de temporada					Azalorea patatekin Tortila frantsesa entsaladarekin Sasoiko fruta Coliflor con patatas Tortilla francesa con ensalada Fruta de temporada				 Arroza tomatearekin Oilasko-izterra entsaladarekin Sasoiko fruta Arroz con tomate Muslo de pollo con ensalada Fruta de temporada				Patatak errioxar erara Legatza labean tipula eta azenariorekin Sasoiko fruta Patatas a la riojana Merluza al horno con cebolla y zanahoria Fruta de temporada				Bertako barazki-krema Indioilar gisatua jardinerara Jogurt naturala Crema de verduras locales Pavo guisado a la jardinerara Yogur natural										
Entsalada - Arraultz - Jogurta Ensalada - Huevo - Yogur					Arroza - Arraina - Fruta Arroz - Pescado - Fruta				Krema - Hegazti - Esnekia Crema - Ave - Lácteo				Barazki - Arraultz - Fruta Verdura - Huevo - Fruta				Arroza - Arraina - Jogurta Arroz - Pescado - Yogur										
9	Kcal	898	HC	119	10	Kcal	730	HC	108	11	Kcal	780	HC	99	12	Kcal	644	HC	59	13	Kcal	794	HC	98			
Lip	Lip	31	Prot	36	Lip	Lip	19	Prot	34	Lip	Lip	25	Prot	43	Lip	Lip	34	Prot	27	Lip	Lip	24	Prot	49			
Makarroi integralak bolognesa Solomo freskoa entsaladarekin Sasoiko fruta Macarrones integrales bolognesa Lomo fresco con ensalada Fruta de temporada					Brokolia patatekin Oilasko fajita Sasoiko fruta Brocoli con patatas Fajita de pollo y verduras Fruta de temporada				Garbantzuak bertako barazkiekin Izokina marinela saltsan Sasoiko fruta Garbanzos con verduras locales Salmon en salsa marinera Fruta de temporada				Bertako kalabaza-krema Arrautza frijituak entsaladarekin Jogurt naturala Crema de calabaza local Huevos fritos con ensalada Yogur natural				Babarrun zuri erregosiak Legatza labean okin patatekin Sasoiko fruta Alubias blancas estofadas Merluza al horno con panadera Fruta de temporada										
Barazki - Arraina - Esnekia Verdura - Pescado - Lácteo					Arroza - Arraultz - Jogurta Arroz - Huevo - Yogur				Zopa - Haragi - Jogurta Sopa - Carne - Yogur				Patata - Arraina - Fruta Patata - Pescado - Fruta				Krema - Hegazti - Jogurta Crema - Ave - Yogur										
16					17				18				Kcal	884	HC	122	19	Kcal	799	HC	90	20	Kcal	709	HC	66	
													Lip	Lip	25	Prot	48	Lip	Lip	27	Prot	49	Lip	Lip	32	Prot	37
JAIA 																											