

Astelehena

Asteartea

Asteazkena

Osteguna

Ostirala

Menuan, produktu ekologikoak (arroza eta dilistak) sartuko ditugu.
Zuen seme-alabek jaten duten guztia, ikastolako sukaldean prestatzen da.
Produktu horiekin batera, jantokiko sukaldean bertan prestatutako bestelako jakiak ere eskainiko dira (etxeko postrea, san jakoboak...).

Hilean-hilean emango dizuegu jantokiko menuetan egiten ditugun aldaketen berri.

Ekologikoak
Ikastolakoak
Bertakoak

*Menu guztiak ur eta ogiarekin (zuria edo osokoa) osatzen dira.

Kcal 733 Lip 22
HC 111 Pr 28

1

Barazkiak
Dilistak
Fruta

Kcal 599 Lip 31
HC 61 Pr 21

4

Barazki zopa
Tortila
Uraza
Fruta

Kcal 943 Lip 22
HC 167 Pr 30

5

Txitxirioak
Arroza
Fruta

Kcal 780 Lip 35
HC 75 Pr 37

6

Barazkiak
Sojazko
albondigak
Fruta

Kcal 766 Lip 25
HC 107 Pr 35

7

Dilistak
Patata tortila
Piperrak
Fruta

Kcal 776 Lip 31
HC 103 Pr 23

8

Pasta
Kalabazin
arrautzestatuak
Jogurta

Kcal 895 Lip 18
HC 163 Pr 31

14

Arroza
Dilistak
Fruta

Kcal 675 Lip 38
HC 58 Pr 29

15

Barazkiak
Tortila
Barrengorriak
Jogurta

Kcal 776 Lip 31
HC 103 Pr 23

18

Pasta
"bolognesa
begetalarekin"
Kalabazin
arrautzestatuak
Fruta

Kcal 895 Lip 18
HC 163 Pr 31

19

Arroza
Dilistak
Fruta

Kcal 687 Lip 23
HC 93 Pr 32

20

Barazkiak
Babarrun zuriak
Etxeko postrea

Kcal 658 Lip 32
HC 73 Pr 23

21

Barazkiak
Tortila
Piperrak
Fruta

Kcal 558 Lip 24
HC 75 Pr 14

22

Patatak
"errioxar erara"
Tomate beteak
Fruta

Kcal 849 Lip 35
HC 94 Pr 37

25

Barazkiak
Sojazko
albondigak
Zorroko patatak
Fruta

Kcal 812 Lip 29
HC 107 Pr 36

26

Babarrun
gorriak
Patata tortila
Barrengorriak
Fruta

Kcal 904 Lip 25
HC 155 Pr 23

27

Arroza
Tomate beteak
Jogurta

Kcal 664 Lip 30
HC 90 Pr 14

28

Barazkiak
Piper krocketak
Uraza
Fruta

Kcal 666 Lip 23
HC 88 Pr 32

29

Txitxirioak
Arrautzak
tomatearekin
Fruta

