

Astelehena

Kcal 669 Lip 27
HC 85 Pr 26

2

Patatak "saltsa berdean"
Tortila
Piperrak
Fruta

Asteartea

Kcal 717 Lip 18
HC 118 Pr 27

3

Barazkiak
Babarrun
gorriak
Fruta

Asteazkena

Kcal 847 Lip 23
HC 149 Pr 21

4

Barazkiak
Arroza
Fruta

Osteguna

Kcal 800 Lip 30
HC 103 Pr 35

5

Dilistak
Patata
tortila
Uraza
Fruta

Ostirala

Kcal 776 Lip 25
HC 107 Pr 35

6

Pasta "bolognesa
begetalarekin"
Kalabazin
arrautzestatuak
Jogurta

Kcal 618 Lip 25
HC 107 Pr 35

9

Barazkiak
Arrautzak
tomatearekin
Piperrak
Fruta

Kcal 707 Lip 28
HC 103 Pr 16

10

Barazki Zopa
Piper kroketak
Zorroko patatak
Fruta

Kcal 895 Lip 18
HC 163 Pr 31

11

Arroza
Dilistak
Fruta

Kcal 652 Lip 17
HC 108 Pr 27

12

Barazkiak
Dilistak
Jogurta

Kcal 888 Lip 32
HC 97 Pr 50

13

Txixirioak
Sojazko
albondigak
Uraza
Fruta

Kcal 766 Lip 25
HC 105 Pr 105

16

Dilistak
Patata
tortila
Piperrak
Fruta

Kcal 875 Lip 24
HC 138 Pr 31

17

Arroza
Sojazko
albondigak
Uraza
Fruta

Kcal 735 Lip 28
HC 99 Pr 28

18

Barazkiak
Dilistak
Etxeko postrea

Kcal 736 Lip 31
HC 85 Pr 35

19

Babarrun zuriak
Tortila
Barrengorriak
Fruta

Kcal 741 Lip 25
HC 111 Pr 21

20

Pasta
Tomate beteak
Fruta

Kcal 895 Lip 18
HC 163 Pr 31

23

Arroza
Dilistak
Fruta

Kcal 698 Lip 40
HC 64 Pr 23

24

Barazkiak
Tortila
Maionesa
Fruta

Kcal 821 Lip 39
HC 99 Pr 40

25

Babarrun
gorriak
Gratinatutako
arrautzak
Fruta

Kcal 670 Lip 25
HC 98 Pr 18

26

Barazkiak
Piper kroketak
Fruta

Kcal 714 Lip 29
HC 96 Pr 24

27

Patatak
"errioxar erara"
Kalabazin
arrautzestatuak
Uraza
Jogurta

Kcal 605 Lip 29
HC 73 Pr 16

30

Barazkiak
Tomate beteak
Barrengorriak
Fruta

Kcal 666 Lip 23
HC 88 Pr 32

31

Txixirioak
Arrautzak
tomatearekin
Fruta

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

Ekologikoa **Ikastolakoa** **Bertakoak**

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

