

Astelehena

Kcal 716 Lip 23
HC 91 Pr 42

2

Patatak saltsa berdean
Oilasko paparra
Piperrak
Fruta

Asteartea

Kcal 828 Lip 24
HC 101 Pr 57

3

Babarrun gorriak
Bakailaoa
tomatearekin
Fruta

Asteazkena

Kcal 720 Lip 31
HC 71 Pr 42

4

Barazkiak
Txerri gisatua
Barrengorriak
Fruta

Osteguna

Kcal 800 Lip 30
HC 103 Pr 35

5

Dilistak
Patata tortila
Uraza
Fruta

Ostirala

Kcal 831 Lip 29
HC 102 Pr 40

6

Pasta "bolognesa
begetalarekin"
Legatza
erromatar erara
Limoia
Jogurta

Kcal 719 Lip 28
HC 87 Pr 35

9

Barazkiak
Txerri solomoa
Piperrak
Fruta

Kcal 771 Lip 30
HC 89 Pr 42

10

Zopa
Bertako txahal
haragi xerra
Zorroko patatak
Fruta

Kcal 895 Lip 18
HC 163 Pr 31

11

Arroza
Dilistak
Fruta

Kcal 551 Lip 22
HC 64 Pr 28

12

Barazkiak
Oilasko izter errea
Barrengorriak
Jogurta

Kcal 818 Lip 37
HC 86 Pr 41

13

Txixirioak
Arrain freskoa
Uraza
Fruta

Kcal 766 Lip 25
HC 105 Pr 105

16

Dilistak
Patata tortila
Piperrak
Fruta

Kcal 921 Lip 36
HC 126 Pr 30

17

Arroza
Legatza
erromatar erara
Uraza
Fruta

Kcal 738 Lip 37
HC 67 Pr 40

18

Barazkiak
Oilasko paparra
Uraza
Etxeko postrea

Kcal 693 Lip 18
HC 88 Pr 50

19

Babarrun zuriak
Indioilar gisatua
Barrengorriak
Fruta

Kcal 817 Lip 28
HC 103 Pr 39

20

Pasta
Arrain freskoa
Limoia
Fruta

Kcal 895 Lip 18
HC 163 Pr 31

23

Arroza
Dilistak
Fruta

Kcal 713 Lip 39
HC 66 Pr 27

24

Barazkiak
Legatza
erromatar erara
Maionesa
Fruta

Kcal 821 Lip 39
HC 99 Pr 40

25

Babarrun gorriak
Gratinatutako
arrautzak
Fruta

Kcal 660 Lip 25
HC 89 Pr 25

26

Barazkiak
San Jakoboa
Piperrak
Fruta

Kcal 657 Lip 21
HC 86 Pr 35

27

Patatak errioxar
erara
Oilasko izter
errea
Uraza
Jogurta

Kcal 702 Lip 31
HC 67 Pr 41

30

Barazkiak
Txerri gisatua
Barrengorriak
Fruta

Kcal 867 Lip 29
HC 101 Pr 56

31

Txixirioak
Atuna
tomatearekin
Fruta

Menuan, produktu ekologikoak (arroza, pasta 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 kroketa, san jakoboa...).

Ekologikoa **Ikastolakoa** **Bertakoak**

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

