

Astelehena

Asteartea

Asteazkena

Osteguna

Ostirala

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 kroketak, san jakoboak...).

Ekologikoa **Ikastolakoa** **Bertakoak**

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

**Ekainaren 22tik 30era: haurtzaindegi eta udalekuetako menua

Kcal 752 Lip 28
HC 83 Pr 46

Kcal 799 Lip 29
HC 95 Pr 46

Kcal 868 Lip 38
HC 99 Pr 39

Kcal 821 Lip 31
HC 106 Pr 35

Kcal 725 Lip 28
HC 90 Pr 34

6

Barazkiak
Bakailaoa
tomatearekin
Fruta

Kcal 678 Lip 21
HC 87 Pr 40

7

Babarrun
gorriak
Txerri solomoa
Uraza
Fruta

Kcal 754 Lip 40
HC 77 Pr 27

8

Zopa
Indioilar gisatua
Barrengorriak
Fruta

Kcal 553 Lip 13
HC 70 Pr 42

9

Barazkiak
Arroza
Jogurta

Kcal 807 Lip 22
HC 143 Pr 17

10

Dilistak
Arrain freskoa
Piperrak
Fruta

Kcal 730 Lip 27
HC 77 Pr 49

13

Marmitakoa
Oilasko izter
errea
Uraza
Fruta

Kcal 678 Lip 28
HC 75 Pr 35

14

Barazkiak
Legatza
erromatar erara
Maionesa
Fruta

Kcal 873 Lip 31
HC 106 Pr 45

15

Arroza
Dilistak
Fruta

Kcal 895 Lip 18
HC 163 Pr 31

16

Pasta
Etxeko
kroketak
Zorroko patatak
Etxeko postrea

Kcal 1090 Lip 46
HC 145 Pr 28

17

Txitxirioak
Patata tortilla
Tomate freskoa
Fruta

Kcal 854 Lip 2134
HC 108 Pr 35

20

Barazkiak
Txerri solomoa
Piperrak
Fruta

Kcal 678 Lip 28
HC 75 Pr 35

21

Arroza
Oilasko paparra
Barrengorriak
Fruta

Kcal 873 Lip 31
HC 106 Pr 45

22

Dilistak
Patata tortila
Uraza
Jogurta

Kcal 807 Lip 33
HC 94 Pr 39

23

Pasta
Indioilar gisatua
Barrengorriak
Fruta

Kcal 854 Lip 23
HC 127 Pr 42

24

Babarrun zuriak
Legatza
erromatar erara
Uraza
Jogurta

Kcal 767 Lip 34
HC 78 Pr 42

27

Arroza
Dilistak
Fruta

Kcal 895 Lip 18
HC 163 Pr 31

28

Barazkiak
Oilasko paparra
Uraza
Fruta

Kcal 725 Lip 32
HC 73 Pr 40

29

Txitxirioak
Bakailaoa
tomatearekin
Jogurta

Kcal 858 Lip 30
HC 92 Pr 60

30

Barazkiak
Txerri solomoa
Piperrak
Fruta

Kcal 719 Lip 28
HC 87 Pr 35

