

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

Astlehena

Asteartea

Asteazkena

Osteguna

Ostirala

Kcal 873 Lip 31
HC 106 Pr 45

9

Pasta
Kalabazin
arrautzestatuak
Fruta

Kcal 664 Lip 13
HC 100 Pr 29

10

Babarrun
gorriak
Tomate beteak
Fruta

Kcal 884 Lip 24
HC 83 Pr 35

11

Barazkiak
Arroza
Fruta

Kcal 800 Lip 30
HC 103 Pr 127

12

Dilistak
Patata tortilla
Uraza
Fruta

Kcal 871 Lip 30
HC 127 Pr 30

13

Arroza
Sojazko
albondigak
Jogurta

Kcal 678 Lip 37
HC 67 Pr 24

16

Barazkiak
Tortilla
Piperrak
Fruta

Kcal 691 Lip 16
HC 101 Pr 38

17

Txitxirioak
Sojazko
albondigak
Fruta

Kcal 840 Lip 35
HC 110 Pr 24

18

Patatak
"errioxar erara"
Piper kroketak
Barrengorriak
Fruta

Kcal 758 Lip 31
HC 95 Pr 30

19

Babarrun
gorriak
Kalabazin
arrautzestatuak
Uraza
Etxeko postrea

Kcal 591 Lip 23
HC 71 Pr 27

20

Barazkiak
Tortilla
Uraza
Fruta

Kcal 748 Lip 26
HC 100 Pr 26

23

Barazkiak
Sojazko
albondigak
Fruta

Kcal 895 Lip 18
HC 163 Pr 31

24

Arroza
Dilistak
Fruta

Kcal 786 Lip 26
HC 108 Pr 36

25

Babarrun zuriak
Patata tortilla
Piperrak
Fruta

Kcal 727 Lip 38
HC 841 Pr 14

26

Barazkiak
Piper kroketak
Uraza
Fruta

Kcal 776 Lip 25
HC 107 Pr 35

27

Pasta
Kalabazin
arrautzestatuak
Jogurta

Kcal 895 Lip 18
HC 163 Pr 31

30

Arroza
Dilistak
Fruta

Kcal 823 Lip 35
HC 90 Pr 40

31

Barazkiak
Tortilla
Maionesa
Fruta

