



JAKINTZA IKASTOLA, ESKOLA-JANTOKIA

2024 URRIA

MENU OROKORRA

ASTELEHENA

AZALORE KREMA
ARROZA KUBATAR ERARA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

DILISTAK, AZENARIO ETA PORRUAREKIN
PATATA TORTILA+ URAZA ENTSALADA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

TXEKOR HARAGI-FIDEO ZOPA
TXEKOR HARAGI EGOSIA ETXEKO TOMATE SALTSAN
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

DILISTAK, AZENARIO ETA PORRUAREKIN
TXERRI SOLOMOA +PIPER GORRIAK
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

ASTEARTEA

DILISTAK, AZENARIO ETA PORRUAREKIN
LEGATZA LABEAN, BARATXURI OLIO OZPIN SALTSAN
IZTUETA BEHI ESNE TXOKOLATE IRABIAKIA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI INTEGRALA

BABARRUN GORRIAK
LEGATZA SALTSA BERDEAN
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI INTEGRALA

MAKARROIAK ETXEKO TOMATEAREKIN
LEGATZA ARRAUTZEZTAUTA+LIMOIA URAZA ENTSALADA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI INTEGRALA

ARROZA + TOMATE FRIJITUA
LEGATZA LABEAN, BARATXURI OLIO OZPIN SALTSAN
IZTUETA BEHI ESNE TXOKOLATE IRABIAKIA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI INTEGRALA

PORRU PATATA
LEGATZA SALTSA BERDEAN
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI INTEGRALA

ASTEAZKENA

KUIATXO KREMA
MAKARROIAK ETXEKO TOMATE SALTSA+GAZTA BIRRINDUA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

PORRU PATATA
TXEKOR HARAGI HANBURGESA+ETXEKO TOMATE SALTSA
IZTUETA JOGURTA NATURALA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

ZIAZERBA KREMA
TXERRI SOLOMOA +PIPER GORRIAK
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

KUIATXO KREMA
OILASKO XERRA+TXANPINOIAK
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

TXITXIRIOAK, AZENARIO ETA PORRUAREKIN
TXEKOR HARAGI HANBURGESA+ URAZA ENTSALADA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

OSTEGUNA

BABARRUN TXURIAK PORRU ETA AZENARIOAREKIN
LEGATZA ARRAUTZEZTAUTA+LIMOIA URAZA ENTSALADA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI INTEGRALA

DILISTAK, AZENARIO ETA PORRUAREKIN
LEGATZA LABEAN, BARATXURI, OLIO-OZPIN SALTSAN
GARAICO FRUTA LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI INTEGRALA

ILARRAK PATATEKIN
LEGATZA SALTSA BERDEAN
IZTUETA JOGURTA NATURALA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI INTEGRALA

DILISTAK, AZENARIO ETA PORRUAREKIN
LEGATZA ARRAUTZEZTAUTA+LIMOIA URAZA ENTSALADA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI INTEGRALA

PATATAK ERRIOXAR ERARA
LEGATZA LABEAN, BARATXURI OLIO OZPIN SALTSAN
IZTUETA BEHI ESNE TXOKOLATE IRABIAKIA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI INTEGRALA

OSTIRALA

KUIA KREMA
HARAGI GISATUA, BARAZKI SALTSAN
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

ENTSALADA MIXTA KUIA KREMA
OILASKO IZTERRA LABEAN+PATATA ERREAK
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

KUIA KREMA
TXEKOR HARAGI PILOTATXOAK BARAZKI SALTSAN+ARROZ INTEGRALA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

KUIATXO KREMA
MAKARROIAK ETXEKO TOMATE SALTSA+GAZTA BIRRINDUA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

OHARRA: * PORRU PATATA ETA LEKAK PATATEKIN, OSORIK ESKEINIKO DA LEHENENGO.

*TXEKOR HARAGIA, EUSKO LABELDUNA DA.

*ARRAINA FRESKOA DA

*ARRAUTZAK EKOLOGIKOAK DIRA

* ENTSALADA DAGOENEAN, BARAZKI KREMA EDO ENTSALADA AUKERAN. (1.60 PLATERA)

*ERRIGORA-KO PRODUKTUAK: ARROZA, TOMATEA ETA OLIO OLIBA BIRJINA ERABILTZEN

DIRA **ERRIGORA**



JAKINTZA IKASTOLA, ESKOLA-JANTOKIA

2024 URRIA

HARAGIRIK GABEKO MENUA

ASTELEHENA

ASTEARTEA

DILISTAK, AZENARIO ETA PORRUAREKIN
LEGATZA LABEAN, BARATXURI OLIO OZPIN SALTSAN
IZTUETA BEHI ESNE TXOKOLATE IRABIAKIA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI INTEGRALA

ASTEAZKENA

KUIATXO KREMA
MAKARROIAK ETXEKO TOMATE SALTSA+GAZTA BIRRINDUA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

OSTEGUNA

BABARRUN TXURIAK PORRU ETA AZENARIOAREKIN
LEGATZA ARRAUTZEZTAUTA+LIMOIA URAZA ENTSALADA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI INTEGRALA

OSTIRALA

KUIA KREMA
PATATA TORTILA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

AZALORE KREMA

ARROZA KUBATAR ERARA

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

BABARRUN GORRIAK

LEGATZA SALTSA BERDEAN

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI INTEGRALA

PORRU PATATA

ZEREALDUN HANBURGESA + TOMATE SALTSA

IZTUETA JOGURTA NATURALA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

DILISTAK, AZENARIO ETA PORRUAREKIN

LEGATZA LABEAN, BARATXURI, OLIO-OZPIN SALTSAN

GARAICO FRUTA LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI INTEGRALA

ENTSALADA MIXTA
KUIA KREMA

ARRAUTZA FRIJITUA + PATATA ERREAK

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

DILISTAK, AZENARIO ETA PORRUAREKIN

PATATA TORTILA+ URAZA ENTSALADA

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

MAKARROIAK ETXEKO TOMATEAREKIN

LEGATZA ARRAUTZEZTAUTA+LIMOIA URAZA ENTSALADA

GARAICO FRUTA LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI INTEGRALA

ZIAZERBA KREMA

ATUN TORTILA+ PIPER GORRIAK

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

ILARRAK PATATEKIN

LEGATZA SALTSA BERDEAN

IZTUETA JOGURTA NATURALA

LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI INTEGRALA

KUIA KREMA

ARROZ INTEGRALA + ARRAUTZA FRIJITUA

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

TXEKOR HARAGI-FIDEO ZOPA

ARRAUTZA EGOSIA ETXEKO TOMATE SALTSAN

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

ARROZA + TOMATE FRIJITUA

LEGATZA LABEAN, BARATXURI OLIO OZPIN SALTSAN

IZTUETA BEHI ESNE TXOKOLATE IRABIAKIA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI INTEGRALA

KUIATXO KREMA

TORTILA FRANTSESA+TXANPINOIAK

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

DILISTAK, AZENARIO ETA PORRUAREKIN

LEGATZA ARRAUTZEZTAUTA+LIMOIA URAZA ENTSALADA

GARAICO FRUTA LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI INTEGRALA

KUIATXO KREMA

MAKARROIAK ETXEKO TOMATE SALTSA+GAZTA BIRRINDUA

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

DILISTAK, AZENARIO ETA PORRUAREKIN

ATUN TORTILA+ PIPER GORRIAK

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

PORRU PATATA

LEGATZA SALTSA BERDEAN

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI INTEGRALA

TXITXIRIOAK, AZENARIO ETA PORRUAREKIN

PATATA TORTILA+ URAZA ENTSALADA

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

PATATAK ERRIOXAR ERARA

LEGATZA LABEAN, BARATXURI OLIO OZPIN SALTSAN

IZTUETA BEHI ESNE TXOKOLATE IRABIAKIA

LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI INTEGRALA

OHARRA: * PORRU PATATA ETA LEKAK PATATEKIN, OSORIK ESKEINIKO DA LEHENENGO.

*TXEKOR HARAGIA, EUSKO LABELDUNA DA.

*ARRAINA FRESKOA DA

*ARRAUTZAK EKOLOGIKOAK DIRA

* ENTSALADA DAGOENEAN, BARAZKI KREMA EDO ENTSALADA AUKERAN. (1.GO PLATERA)

*ERRIGORA-KO PRODUKTUAK: ARROZA, TOMATEA ETA OLIO OLIBA BIRJINA ERABILTZEN

DIRA **ERRIGORA**



JAKINTZA IKASTOLA, ESKOLA-JANTOKIA

2024 URRIA

GLUTENIK GABEKO MENUA

ASTELEHENA

AZALORE KREMA
ARROZA KUBATAR ERARA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO OGIA

DILISTAK, AZENARIO ETA PORRUAREKIN
PATATA TORTILA+ URAZA ENTSALADA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO OGIA

TXEKOR HARAGI-FIDEO ZOPA
TXEKOR HARAGI EGOSIA ETXEKO TOMATE SALTSAN
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO OGIA

DILISTAK, AZENARIO ETA PORRUAREKIN
TXERRI SOLOMOA +PIPER GORRIAK
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO OGIA

ASTEARTEA

DILISTAK, AZENARIO ETA PORRUAREKIN
LEGATZA LABEAN, BARATXURI OLIO OZPIN SALTSAN
IZTUETA BEHI ESNE TXOKOLATE IRABIAKIA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO OGIA

BABARRUN GORRIAK
LEGATZA SALTSA BERDEAN
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO OGIA

MAKARROIAK ETXEKO TOMATEAREKIN
LEGATZA ARRAUTZEZTAUTA+LIMOIA URAZA ENTSALADA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO OGIA

ARROZA + TOMATE FRIJITUA
LEGATZA LABEAN, BARATXURI OLIO OZPIN SALTSAN
IZTUETA BEHI ESNE TXOKOLATE IRABIAKIA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO OGIA

PORRU PATATA
LEGATZA SALTSA BERDEAN
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO OGIA

ASTEAZKENA

KUIATXO KREMA
MAKARROIAK ETXEKO TOMATE SALTSA+GAZTA BIRRINDUA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO OGIA

PORRU PATATA
TXEKOR HARAGI HANBURGESA+ETXEKO TOMATE SALTSA
IZTUETA JOGURTA NATURALA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO OGIA

ZIAZERBA KREMA
TXERRI SOLOMOA +PIPER GORRIAK
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO OGIA

KUIATXO KREMA
OILASKO XERRA+TXANPINOIAK
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO OGIA

TXITXIRIOAK, AZENARIO ETA PORRUAREKIN
TXEKOR HARAGI HANBURGESA+ URAZA ENTSALADA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO OGIA

OSTEGUNA

BABARRUN TXURIAK PORRU ETA AZENARIOAREKIN
LEGATZA ARRAUTZEZTAUTA+LIMOIA URAZA ENTSALADA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO OGIA

DILISTAK, AZENARIO ETA PORRUAREKIN
LEGATZA LABEAN, BARATXURI, OLIO-OZPIN SALTSAN
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO OGIA

ILARRAK PATATEKIN
LEGATZA SALTSA BERDEAN
IZTUETA JOGURTA NATURALA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO OGIA

DILISTAK, AZENARIO ETA PORRUAREKIN
LEGATZA ARRAUTZEZTAUTA+LIMOIA URAZA ENTSALADA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO OGIA

PATATAK ERRIOXAR ERARA
LEGATZA LABEAN, BARATXURI OLIO OZPIN SALTSAN
IZTUETA BEHI ESNE TXOKOLATE IRABIAKIA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO OGIA

OSTIRALA

KUIA KREMA
HARAGI GISATUA, BARAZKI SALTSAN
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO OGIA

ENTSALADA MIXTA KUIA KREMA
OILASKO IZTERRA LABEAN+PATATA ERREAK
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO OGIA

KUIA KREMA
TXEKOR HARAGI PILOTATXOAK BARAZKI SALTSAN+ARROZ INTEGRALA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO OGIA

KUIATXO KREMA
MAKARROIAK ETXEKO TOMATE SALTSA+GAZTA BIRRINDUA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO OGIA

OHARRA: * PORRU PATATA ETA LEKAK PATATEKIN, OSORIK ESKEINIKO DA LEHENENGO.

*TXEKOR HARAGIA, EUSKO LABELDUNA DA.

*ARRAINA FRESKOA DA

*ARRAUTZAK EKOLOGIKOAK DIRA

* ENTSALADA DAGOENEAN, BARAZKI KREMA EDO ENTSALADA AUKERAN. (1.60 PLATERA)

*ERRIGORA-KO PRODUKTUAK: ARROZA, TOMATEA ETA OLIO OLIBA BIRJINA ERABILTZEN

DIRA **ERRIGORA**