

Astelehena	Asteartea	Asteazkena	Osteguna	Ostirala
		1 ARROZA TOMATEAREKIN KROKETAK • URAZA FRUTA OGIA	2 TXITXIRIOAK ESPINAKEKIN LEGATZA DONOSTIAR ERARA • MAIONESA FRUTA OGIA	3 PASTA ENTSALADA BEGETARIANO LEKAK PATATEKIN FRUTA OGIA
6 AZENARIO PUREA ALBONDIGAK SALTSAN • BARAZKITXOAK FRUTA OGIA	7 MAKARROIAK BARRENGORRI ETA KALABAZINAREKIN SALTEATUAK BISIGU AHOGORRIA PIPER SALTSAN ILARREKIN FRUTA OGIA	8 ARRAIN ZOPA TXAHAL XERRA OGI ARRAILETAN PASATUTA • LAU URTAROKO ENTSALADA NATURAL JOGURTA OGIA	9 ARROZA TOMATEAREKIN DILISTA EKOLOGIKOAK FRUTA OGIA	10 BABARRUN NABARRAK LEGATZ XERRA ERROMATAR ERARA • URAZA ETXEKO ARROZ ESNEA OGIA
13 PATATAK ERRIOXAKO ERARA ARRAUTZA GRATINATUAK • PIPER GORRIAK FRUTA OGIA	14 BABARRUN ZURIAK SOLOMO ONTZUTUA PLANTXAN • TOMATE FRESKOA IZOZKIA ONTZIAN OGIA	15 LEKAK PATATEKIN ARROZA TOMATEAREKIN FRUTA OGIA	16 KALABAZA ETA GAZTA KREMA LEGATZ XERRA ERROMATAR ERARA • MAIONESA FRUTA OGIA	17 MAKARROI INTEGRALAK TOMATEAREKIN ERRUSIAR TXAHAL XERRA SALTSAN • PATATA FRIJITUAK ETXEKO NATILLAK OGIA
20 DILISTAK OILASKO IZTER ERREA • PATATA FRIJITUAK FRUTA OGIA	21 BARAZKI MENESTRA PATATA TORTILA LABEAN • PIPER BERDEA FRUTA OGIA			



ELABORADO EN CASA



MENÚ CARDIOSALUDABLE



ECOLÓGICO



KM 0



PESCADO FRESCO

Zuen seme-alabek jaten duten guztia ikastolako sukaldean prestatzen da. Menuan, produktu ekologikoak (makarroiak, fideoak eta dilistak), bertako ogia (ostiralero ogi integrala) eta hilabetean 1 bertako esnearekin prestatutako natilak, kakaoa esnea edo arroz esnea eta bertako jogurta jango dute.

Todo lo que comen vuestros hijos se prepara en la cocina del centro. En el menu, meteremos productos ecologicos (macarrones, fideos y lentejas), pan local (todos los viernes pan integral) y 1 vez al mes comeran natillas, cacao con leche o arroz con leche preparado con la leche local y yogur local.