













| ASTELEHENA  | ASTEARTEA  | ASTEAZKENA  | OSTEGUNA   | OSTIRALA   |
|---|--|---|--|--|
|   | Babarrun zuriak<br>Arrautza gratinatuak<br>Fruta<br><b>1</b>   | <u>OKELIK GABEKO MENUA</u><br>Azenario purea<br>Arroza tomatearekin<br>Jogurta<br><br><b>2</b>           | I larrak patatekin<br>Oilasko xerra ogi arrailetan<br>pasatuta urazarekin<br>Fruta<br><br><b>3</b>    | <b>Kiribilak</b> tomatearekin<br>Solomo ragouta piper gorriekin<br>Fruta<br><br><b>4</b>                |
|   | Kcal: 847  | Kcal: 810   | Kcal: 770  | Kcal: 948  |
| Lekak patatekin<br>Errusiar txahal xerra saltsan<br>barrengorriekin<br>Fruta<br><b>7</b>  | <b>Makarroiak</b> barrengorri eta<br>kalabazinarekin salteatuak<br>York urdaiazpiko tortila urazarekin<br>Fruta<br><br><b>8</b> | Txitxirioak<br>Legatz xerra labean limoiarekin<br>Jogurta<br><b>9</b>   | Patatak errioxako erara<br>Txerri xolomo freskoa tomate<br>freskoarekin<br>Fruta<br><br><b>10</b>     | <u>OKELIK GABEKO MENUA</u><br>Barazki purea<br>Arroza oilasko eta curryarekin<br>Fruta<br><br><b>11</b> |
| Kcal: 754   | Kcal: 793  | Kcal: 700   | Kcal: 844  | Kcal: 747  |
| Kalabaza purea<br>Txahal gisatua barrengorriekin<br>Fruta<br><b>14</b>  | Hegazti eta eltzeko zopa fideoekin<br>Hanburgesak saltsan lau urtaroko<br>entsaladarekin<br>Kakaoa esnearekin<br><br><b>15</b>  | <b>Espiralak</b> tomatearekin<br>Legatz freskoa erromako erara<br>mahonesarekin<br>Fruta<br><br><b>16</b> | Frito desberdinak<br>Pizza<br>Txokolatzeko pasteltxoa<br><br><b>17</b>                                | <u>OKELIK GABEKO MENUA</u><br>Barazki purea<br>Babarrun zuriak<br>Fruta<br><br><b>18</b>                |
| Kcal: 662   | Kcal: 818  | Kcal: 914   | Kcal: 1235   | Kcal: 733  |
| Udaberriko entsalada<br>Txahal xerra barazkitxoekin<br>Fruta<br><br><b>21</b>                     | Babarrun nabarrak<br>I ndioilar gisatua azenarioekin<br>Fruta<br><b>22</b>   | Barazki paella<br>Arrautza egosiak piperradarekin<br>Fruta<br><b>23</b>   | <b>Makarroiak</b> tomatearekin<br>Solomo ontzutua plantxan<br>urazarekin<br>Jogurta<br><br><b>24</b> | <b>Dilistak</b> porru eta kalabazarekin<br>Legatz xerra labean limoiarekin<br>Fruta<br><br><b>25</b>   |
| Kcal: 792   | Kcal: 692  | Kcal: 783   | Kcal: 856  | Kcal: 634  |
| <u>OKELIK GABEKO MENUA</u><br>Barazki purea<br>Makarroiak tomatearekin<br>Fruta<br><br><b>28</b> | Patatak errioxako erara<br>San jakoboa urazarekin<br>I zozkia ontzian<br><br><b>29</b>  | <b>Dilistak</b><br>Bakailao ajoarriero erara<br>Fruta<br><b>30</b>  | Arrain zopa<br>Patata tortila tomate<br>freskoarekin<br>Fruta<br><br><b>31</b>                      |  |
| Kcal: 822   | Kcal: 872  | Kcal: 698   | Kcal: 700  |  |

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

