



JAKINTZA IKASTOLA, ESKOLA-JANTOKIA

2024 IRAILA

MENU OROKORRA

ASTELEHENA

9

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

ASTEARTEA

10

DILISTAK, AZENARIO ETA
PORRUAREKIN
LEGATZA
ARRAUTZEZTATUTA+TOMATE
ENTSALADA
IZTUETA, JOGURTA NATURALA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

ASTEAZKENA

11

EUSKAL JAIAK!



OSTEGUNA

12

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

OSTIRALA

13

ENTSALADA MIXTA/
PORRU KREMA
OILASKO IZTERRA +
PATATA ERREAK
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

LEKAK PATATA ETA
AZENARIOAREKIN

16

TXEKOR HARAGI
HAMBURGESA + ETXEKO
TOMATEA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

BABARRUN TXURIAK PORRU
ETA AZENARIOAREKIN

17

LEGATZA ARRAUTZEZTUTA+LIMOIA
URAZA ENTSALADA
IZTUETA BEHI ESNE TXOKOLATE
IRABIAKIA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

ASTEAZKENA

18

KUIA KREMA
ARROZA KUBATAR ERARA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

OSTEGUNA

19

ILARRAK PATATEKIN
LEGATZA LABEAN, BARATXURI
OLIO OZPIN SALTSA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

DILISTAK, AZENARIO ETA
PORRUAREKIN

20

TXERRI SOLOMOA + URAZA
ENTSALADA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

PASTA ENTSALADA

23

PATATA TORTILA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

DILISTAK, AZENARIO ETA
PORRUAREKIN

24

LEGATZA SALTSA BERDEAN
IZTUETA, JOGURTA NATURALA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

PORRU PATATA

25

OILASKO XERRA +
TXANPIÑOIAK
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

TXITXIRIOAK, AZENARIO ETA
PORRUAREKIN

26

LEGATZA
ARRAUTZEZTATUTA+LIMOIA+ URAZA
ENTSALADA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

KUIA KREMA

27

TXEKOR HARAGI
PILOTATXOAK BARAZKI
SALTSA+ARROZ
INTEGRALA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

DILISTAK, AZENARIO ETA
PORRUAREKIN

30

TXERRI SOLOMOA+PIPER
GORRIAK
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA



ONGI ETORRI 2024-2025 IKASURTERA



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 IRAILA

HARAGIRIK GABEA

ASTELEHENA

9

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

ASTEARTEA

10

DILISTAK, AZENARIO ETA
PORRUAREKIN
LEGATZA
ARRAUTZEZTATUTA+TOMATE
ENTSALADA
IZTUETA, JOGURTA NATURALA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

ASTEAZKENA

11

EUSKAL JAIAK!



OSTEGUNA

12

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

OSTIRALA

13

ENTSALADA MIXTA/
PORRU KREMA
ARRAUTZA FRIJITUA +
PATATA ERREAK
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

LEKAK PATATA ETA
AZENARIOAREKIN

16

ZEREALDUN HAMBURGESA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

BABARRUN TXURIAK PORRU
ETA AZENARIOAREKIN

17

LEGATZA ARRAUTZEZTUTA+LIMOIA
URAZA ENTSALADA
IZTUETA BEHI ESNE TXOKOLATE
IRABIAKIA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

ASTEAZKENA

18

KUIA KREMA
ARROZA KUBATAR ERARA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

OSTEGUNA

19

ILARRAK PATATEKIN
LEGATZA LABEAN, BARATXURI
OLIO OZPIN SALTSA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

DILISTAK, AZENARIO ETA
PORRUAREKIN

20

ATUN TORTILA + URAZA
ENTSALADA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

PASTA ENTSALADA

23

PATATA TORTILA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

DILISTAK, AZENARIO ETA
PORRUAREKIN

24

LEGATZA SALTSA BERDEAN
IZTUETA, JOGURTA NATURALA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

PORRU PATATA

25

ZEREALDUN HAMBURGESA
+ TXANPIÑOIAK
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

TXITXIRIOAK, AZENARIO ETA
PORRUAREKIN

26

LEGATZA
ARRAUTZEZTATUTA+LIMOIA+ URAZA
ENTSALADA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

KUIA KREMA

27

ARROZ INTEGRALA +
TOMATE SALTSA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

DILISTAK, AZENARIO ETA
PORRUAREKIN

30

TORTILA FRANTSESA
+PIPER GORRIAK
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA



ONGI ETORRI 2024-2025 IKASURTERA



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 IRAILA

GLUTENIK GABEA

ASTELEHENA

9

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

ASTEARTEA

10

DILISTAK, AZENARIO ETA
PORRUAREKIN
LEGATZA
ARRAUTZEZTATUTA+TOMATE
ENTSALADA
IZTUETA, JOGURTA NATURALA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA

ASTEAZKENA

11

EUSKAL JAIAK!



OSTEGUNA

12

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

OSTIRALA

13

ENTSALADA MIXTA/
PORRU KREMA
OILASKO IZTERRA + PATATA
ERREAK
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA

LEKAK PATATA ETA
AZENARIOAREKIN

16

TXEKOR HARAGI HAMBURGESA
+ ETXEKO TOMATEA

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK
GABEKO OGIA

BABARRUN TXURIAK PORRU
ETA AZENARIOAREKIN

17

LEGATZA ARRAUTZEZTUTA+LIMOIA
URAZA ENTSALADA

IZTUETA BEHI ESNE TXOKOLATE
IRABIAKIA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA

OSTEGUNA

18

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

OSTEGUNA

19

ILARRAK PATATEKIN
LEGATZA LABEAN, BARATXURI
OLIO OZPIN SALTSAN
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA

DILISTAK, AZENARIO ETA
PORRUAREKIN

20

TXERRI SOLOMOA + URAZA
ENTSALADA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA

PASTA ENTSALADA

23

PATATA TORTILA

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK
GABEKO OGIA

DILISTAK, AZENARIO ETA
PORRUAREKIN

24

LEGATZA SALTSA BERDEAN

IZTUETA, JOGURTA NATURALA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK
GABEKO OGIA

PORRU PATATA

25

OILASKO XERRA +
TXANPIÑOIAK

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK
GABEKO OGIA

TXITXIRIOAK, AZENARIO ETA
PORRUAREKIN

26

LEGATZA
ARRAUTZEZTATUTA+LIMOIA+ URAZA
ENTSALADA

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA

KUIA KREMA

27

TXEKOR HARAGI
PILOTATXOAK BARAZKI
SALTSAN+ARROZ
INTEGRALA

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK
GABEKO OGIA

DILISTAK, AZENARIO ETA
PORRUAREKIN

30

TXERRI SOLOMOA+PIPER GORRIAK

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA



ONGI ETORRI 2024-2025 IKASURTERA



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**