



JAKINTZA IKASTOLA, ESKOLA-JANTOKIA

2024 MARTXOA

MENU OROKORRA

ASTELEHENA

ASTEARTEA

ASTEAZKENA

OSTEGUNA

OSTIRALA

1

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

PORRU PATATA

4

TXEKOR HARAGI
HANBURGESA+ETXEKO
TOMATE SALTSA

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

DILISTAK, AZENARIO ETA
PORRUAREKIN

5

LEGATZA
LABEAN, BARATXURI, OLIO-
OZPIN SALTSAN

IZTUETA, JOGURTA
NATURALA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

KUIA KREMA

ARROZA KUBATAR ERARA

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

6

TXITXIRIOAK, PORRU ETA
AZENARIOAREKIN

LEGATZA
ARRAUTZEZTATUTA+LIMOIA
+URAZA

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

7

BROKOLI KREMA

TXERRI SOLOMOA+PIPER
GORRIAK

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

8

TXEKOR HARAGI-FIDEO
ZOPA

TXEKOR HARAGI EGOSIA
ETXEKO TOMATE SALTSAN

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

11

MAKARROIAK ETXEKO
TOMATEAREKIN

LEGATZA
ARRAUTZEZTATUTA+URAZA
ENTZALADA+LIMOIA

IZTUETA ESNEZ EGINIKO
TXOKOLATE IRABIAKIA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

12

BROKOLI KREMA

PATATA TORTILA+PIPER
GORRIAK

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

13

BABARRUN GORRIAK

LEGATZA SALTSA BERDEAN

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

14

ZIAZERBA KREMA

OILASKO IZTERRA
LABEAN+PATATA ERREAK

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

15

DILISTAK, AZENARIO ETA
PORRAREKIN

TXERRI SOLOMOA+URAZA
EZBERDINEN ENTZALADA

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

18

PATATAK ERRIOXA ERARA

LEGATZA
LABEAN, BARATXURI, OLIO
OZPIN SALTSAN

IZTUETA JOGURTA
NATURALA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

19

KUIA KREMA

MAKARROIAK ETXEKO
TOMATE SALTSA+GAZTA
BIRRINDUA

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

20

BABARRUN TXURIAK, PORRU
ETA AZENARIOAREKIN

LEGATZA
ARRAUTZAZTUTA+LIMOIA+
URAZA ENTZALADA

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

21

AZALORE KREMA

TXEKOR HARAGI
PILOTATXOAK BARAZKI
SALTSAN+ARROZ
INTEGRALA

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

22



UDABERRIKO OPORRAK!



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

*TXEKOR HARAGIA, EUSKO LABELDUNA DA.

*ARRAINA FRESKOA DA

*ARRAUTZAK EKOLOGIKOAK DIRA

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

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

DIRA **ERRIGORA**



JAKINTZA IKASTOLA, ESKOLA-JANTOKIA

2024 MARTXOA

HARAGIRIK GABEKO MENUA

ASTELEHENA

ASTEARTEA

ASTEAZKENA

OSTEGUNA

OSTIRALA

1

KUIA KREMA
MAKARROIAK ETXEKO
TOMATE SAL TSA+GAZTA
BIRRINDUA
GARA I KO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

PORRU PATATA
ATUN TORTILA+ETXEKO
TOMATE SAL TSA
GARA I KO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

4

DILISTAK,AZENARIO ETA
PORRUAREKIN
LEGATZA
LABEAN,BARATXURI,OLIO-
OZPIN SAL TSAN
IZTUETA,JOGURTA
NATURALA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

5

KUIA KREMA
ARROZA KUBATAR ERARA
GARA I KO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

6

TXITXIRIOAK,PORRU ETA
AZENARIOAREKIN
LEGATZA
ARRAUTZEZTATUTA+LIMOIA
+URAZA
GARA I KO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

7

BROKOLI KREMA
HANBURGESA
BEJETARIOA+PIPER
GORRIAK
GARA I KO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

8

BARAZKI-FIDEO ZOPA
ARRAUTZA EGOSIA ETXEKO
TOMATE SAL TSAN
GARA I KO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

11

MAKARROIAK ETXEKO
TOMATEAREKIN
LEGATZA
ARRAUTZEZTATUTA+URAZA
ENT SALADA+LIMOIA
IZTUETA ESNEZ EGINIKO
TXOKOLATE IRABIAKIA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

12

BROKOLI KREMA
PATATA TORTILA+PIPER
GORRIAK
GARA I KO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

13

BABARRUN GORRIAK
LEGATZA SAL TSA BERDEAN
GARA I KO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

14

ZIAZERBA KREMA
ARRAUTZA
FREJITUA+PATATA ERREAK
GARA I KO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

15

DILISTAK,AZENARIO ETA
PORRAREKIN
TORTILA FRANTSESA+URAZA
EZBERDINEN ENT SALADA
GARA I KO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

18

PATATAK ILARREKIN
LABEAN,BARATXURI,OLIO
OZPIN SAL TSAN
IZTUETA JOGURTA
NATURALA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

19

KUIA KREMA
MAKARROIAK ETXEKO
TOMATE SAL TSA+GAZTA
BIRRINDUA
GARA I KO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

20

BABARRUN TXURIAK,PORRU
ETA AZENARIOAREKIN
LEGATZA
ARRAUTZAZTUTA+LIMOIA+
URAZA ENT SALADA
GARA I KO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

21

AZALORE KREMA
ARROZ INTEGRALA+TOMATE
SAL TSA
GARA I KO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

22



UDABERRIKO OPORRAK!



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

*TXEKOR HARAGIA, EUSKO LABELDUNA DA.

*ARRAINA FRESKOA DA

*ARRAUTZAK EKOLOGIKOAK DIRA

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

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

DIRA **ERRIGORA**



JAKINTZA IKASTOLA, ESKOLA-JANTOKIA

2024 MARTXOA

GLUTENIK GABEKO MENUA

ASTELEHENA

ASTEARTEA

ASTEAZKENA

OSTEGUNA

OSTIRALA

1

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

PORRU PATATA

4

TXEKOR HARAGI
HANBURGESA+ETXEKO
TOMATE SALTSA

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK
GABEKO OGIA

DILISTAK, AZENARIO ETA
PORRUAREKIN

5

LEGATZA
LABEAN, BARATXURI, OLIO-
OZPIN SALTSAN

IZTUETA, JOGURTA
NATURALA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK
GABEKO OGIA

MAKARROIAK ETXEKO
TOMATEAREKIN

12

LEGATZA
ARRAUTZEZTATUTA+URAZA
ENTZALADA+LIMOIA

IZTUETA ESNEZ EGINIKO
TXOKOLATE IRABIAKIA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK
GABEKO OGIA

KUIA KREMA

ARROZA KUBATAR ERARA

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK
GABEKO OGIA

6

TXITXIRIOAK, PORRU ETA
AZENARIOAREKIN

LEGATZA
ARRAUTZEZTATUTA+LIMOIA
+URAZA

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK
GABEKO OGIA

7

BROKOLI KREMA

TXERRI SOLOMOA+PIPER
GORRIAK

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK
GABEKO OGIA

8

TXEKOR HARAGI-FIDEO
ZOPA

TXEKOR HARAGI EGOSIA
ETXEKO TOMATE SALTSAN

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK
GABEKO OGIA

11

BROKOLI KREMA

PATATA TORTILA+PIPER
GORRIAK

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK
GABEKO OGIA

13

BABARRUN GORRIAK

LEGATZA SALTSA BERDEAN

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK
GABEKO OGIA

14

ZIAZERBA KREMA

OILASKO IZTERRA
LABEAN+PATATA ERREAK

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK
GABEKO OGIA

15

DILISTAK, AZENARIO ETA
PORRAREKIN

TXERRI SOLOMOA+URAZA
EZBERDINEN ENTZALADA

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK
GABEKO OGIA

18

PATATAK ERRIKOA ERARA
LEGATZA

LABEAN, BARATXURI, OLIO
OZPIN SALTSAN

IZTUETA JOGURTA
NATURALA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK
GABEKO OGIA

19

KUIA KREMA

MAKARROIAK ETXEKO
TOMATE SALTSA+GAZTA
BIRRINDUA

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK
GABEKO OGIA

20

BABARRUN TXURIAK PORRU
ETA AZENARIOAREKIN

LEGATZA
ARRAUTZAZTUTA+LIMOIA+
URAZA ENTZALADA

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK
GABEKO OGIA

21

AZALORE KREMA

TXEKOR HARAGI
PILOTATXOAK BARAZKI
SALTSAN+ARROZ
INTEGRALA

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK
GABEKO OGIA

22



UDABERRIKO OPORRAK!



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

*TXEKOR HARAGIA, EUSKO LABELDUNA DA.

*ARRAINA FRESKOA DA

*ARRAUTZAK EKOLOGIKOAK DIRA

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

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

DIRA **ERRIGORA**