



# JAKINTZA IKASTOLA, ESKOLA-JANTOKIA

## 2025 URTARRILA

## MENU OROKORRA

### ASTELEHENA

### ASTEARTEA

### ASTEAZKENA

### OSTEGUNA

### OSTIRALA

7

8

9

10

KUIATXO KREMA

MAKARROIAK ETXEKO TOMATE  
SALTSA+GAZTA BIRRINDUA

IZTUETA BEHI ESNE TXOKOLATE  
IRABIAKIA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

BROKOLI KREMA

OILASKO IZTERRA  
LABEAN+PATATA ERREAK

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

BABARRUN BELTZAK

LEGATZA LABEAN,BARATXURI OLIO  
OZPIN SALTSAN

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI  
INTEGRALA

PORRU PATATA

TXEKOR HARAGI PILOTATXOAK  
BARAZKI SALTSAN+ARROZ  
INTEGRALA

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

KUIATXO KREMA

ARROZA KUBATAR ERARA

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

DILISTAK,AZENARIO ETA  
PORRUAREKIN

LEGATZA ARRAUTZEZTAUTA+LIMOIA  
URAZA ENTSALADA

IZTUETA JOGURTA NATURALA

LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI  
INTEGRALA

AZALORE KREMA

HARAGI GISATUA, BARAZKI  
SALTSAN

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

TXITXIRIOAK,AZENARIO ETA  
PORRUAREKIN

LEGATZA  
SALTSA BERDEAN

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI  
INTEGRALA

ZIAZERBA KREMA

TXERRI SOLOMOA +PIPER  
GORRIAK

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

TXEKOR HARAGI-FIDEO  
ZOPA

TXEKOR HARAGI EGOSIA  
ETXEKO TOMATE SALTSAN

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

ESPAGETIAK+ETXEKO TOMATE  
SALTSAN+GAZTA BIRRINDUA

LEGATZA LABEAN,BARATXURI OLIO  
OZPIN SALTSAN

IZTUETA BEHI ESNE TXOKOLATE  
IRABIAKIA

LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI  
INTEGRALA

PORRU PATATA

TXEKOR HARAGI  
HANBURGESA+ETXEKO TOMATE  
SALTSA

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

PATATAK ERRIOXAR ERARA

LEGATZA ARRAUTZEZTAUTA+LIMOIA  
URAZA ENTSALADA

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI  
INTEGRALA

DILISTAK,AZENARIO ETA  
PORRUAREKIN

OILASKO  
XERRA+TXANPINOIAKN

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

ZERBA KREMA

PATATA TORTILA+ URAZA  
ENTSalADA

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

BABARRUN TXURIAK PORRU  
ETA AZENARIOAREKIN

LEGATZA  
SALTSA BERDEAN

IZTUETA JOGURTA NATURALA

LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI  
INTEGRALA

KUIA KREMA / BARAZKI  
MENESTRA

TXERRI SOLOMOA +PIPER GORRIAK

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

ARROZA + ETXEKO TOMATE  
SALTSA

LEGATZA LABEAN,BARATXURI  
OLIO OZPIN SALTSAN

GARAICO FRUTA

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. (1.60 PLATERA)

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

DIRA **ERRIGORA**



# JAKINTZA IKASTOLA, ESKOLA-JANTOKIA

## 2025 URTARRILA

## HARAGIRIK GABEKO MENUA

ASTELEHENA

ASTEARTEA

ASTEAZKENA

OSTEGUNA

OSTIRALA

7

8

9

10

KUIATXO KREMA

MAKARROIAK ETXEKO TOMATE  
SALTSA+GAZTA BIRRINDUA

IZTUETA BEHI ESNE TXOKOLATE  
IRABIAKIA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

BROKOLI KREMA

ARRAUTZA  
FREJITUA+PATATA ERREAK

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

BABARRUN BELTZAK

LEGATZA LABEAN, BARATXURI OLIO  
OZPIN SALTSAN

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI  
INTEGRALA

PORRU PATATA

BARAZKIAK PLANTXAN+ARROZ  
INTEGRALA

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

KUIATXO KREMA

ARROZA KUBATAR ERARA

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

DILISTAK, AZENARIO ETA  
PORRUAREKIN

LEGATZA ARRAUTZEZTAUTA+LIMOIA  
URAZA ENTSALADA

IZTUETA JOGURTA NATURALA

LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI  
INTEGRALA

AZALORE KREMA

PATATA TORTILA

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

TXITXIRIOAK, AZENARIO ETA  
PORRUAREKIN

LEGATZA  
SALTSA BERDEAN

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI  
INTEGRALA

ZIAZERBA KREMA

ATUN TORTILA+PIPER GORRIAK

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

BARAZKI -FIDEO ZOPA

ARRAUTZA EGOSIA ETXEKO  
TOMATE SALTSAN

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

ESPAGETIAK+ETXEKO TOMATE  
SALTSAN+GAZTA BIRRINDUA

LEGATZA LABEAN, BARATXURI OLIO  
OZPIN SALTSAN

IZTUETA BEHI ESNE TXOKOLATE  
IRABIAKIA

LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI  
INTEGRALA

PORRU PATATA

ZEREALDUN HANBURGESA+ETXEKO  
TOMATE SALTSAN

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

PATATAK ERRIOXAR ERARA

LEGATZA ARRAUTZEZTAUTA+LIMOIA  
URAZA ENTSALADA

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI  
INTEGRALA

DILISTAK, AZENARIO ETA  
PORRUAREKIN

TORTILA FRANTSESA  
TXANPINOIAK

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

ZERBA KREMA

PATATA TORTILA+ URAZA  
ENTSalADA

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

BABARRUN TXURIAK PORRU  
ETA AZENARIOAREKIN

LEGATZA  
SALTSA BERDEAN

IZTUETA JOGURTA NATURALA

LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI  
INTEGRALA

KUIA KREMA / BARAZKI  
MENESTRA

ATUN TORTILA+PIPER GORRIAK

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

ARROZA + ETXEKO TOMATE  
SALTSAN

LEGATZA LABEAN, BARATXURI  
OLIO OZPIN SALTSAN

GARAICO FRUTA

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. (1.60 PLATERA)

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

DIRA **ERRIGORA**



# JAKINTZA IKASTOLA, ESKOLA-JANTOKIA

## 2025 URTARRILA

## GLUTENIK GABEKO MENUA

### ASTELEHENA

### ASTEARTEA

### ASTEAZKENA

### OSTEGUNA

### OSTIRALA

7

8

9

10

KUIATXO KREMA

MAKARROIAK ETXEKO TOMATE  
SALTSA+GAZTA BIRRINDUA

IZTUETA BEHI ESNE TXOKOLATE  
IRABIAKIA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO  
OGIA

BROKOLI KREMA

OILASKO IZTERRA  
LABEAN+PATATA ERREAK

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK  
GABEKO OGIA

BABARRUN BELTZAK

LEGATZA LABEAN, BARATXURI OLIO  
OZPIN SALTSAN

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO  
OGIA

PORRU PATATA

TXEKOR HARAGI PILOTATXOAK  
BARAZKI SALTSAN+ARROZ  
INTEGRALA

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO  
OGIA

KUIATXO KREMA

ARROZA KUBATAR ERARA

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK  
GABEKO OGIA

DILISTAK, AZENARIO ETA  
PORRUAREKIN

LEGATZA ARRAUTZEZTAUTA+LIMOIA  
URAZA ENTSALADA

IZTUETA JOGURTA NATURALA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO  
OGIA

AZALORE KREMA

HARAGI GISATUA, BARAZKI  
SALTSAN

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK  
GABEKO OGIA

TXITXIRIOAK, AZENARIO ETA  
PORRUAREKIN

LEGATZA  
SALTSA BERDEAN

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO  
OGIA

ZIAZERBA KREMA

TXERRI SOLOMOA +PIPER  
GORRIAK

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK  
GABEKO OGIA

TXEKOR HARAGI-FIDEO  
ZOPA

TXEKOR HARAGI EGOSIA  
ETXEKO TOMATE SALTSAN

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK  
GABEKO OGIA

ESPAGETIAK+ETXEKO TOMATE  
SALTSAN+GAZTA BIRRINDUA

LEGATZA LABEAN, BARATXURI OLIO  
OZPIN SALTSAN

IZTUETA BEHI ESNE TXOKOLATE  
IRABIAKIA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO  
OGIA

PORRU PATATA

TXEKOR HARAGI  
HANBURGESA+ETXEKO TOMATE  
SALTSA

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO  
OGIA

PATATAK ERRIOXAR ERARA

LEGATZA ARRAUTZEZTAUTA+LIMOIA  
URAZA ENTSALADA

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO  
OGIA

DILISTAK, AZENARIO ETA  
PORRUAREKIN

OILASKO XERRA+TXANPINOIAKIN

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK  
GABEKO OGIA

ZERBA KREMA

PATATA TORTILA+ URAZA  
ENTSalADA

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK  
GABEKO OGIA

BABARRUN TXURIAK PORRU  
ETA AZENARIOAREKIN

LEGATZA  
SALTSA BERDEAN

IZTUETA JOGURTA NATURALA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO  
OGIA

KUIA KREMA / BARAZKI  
MENESTRA

TXERRI SOLOMOA +PIPER GORRIAK

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO  
OGIA

ARROZA + ETXEKO TOMATE  
SALTSA

LEGATZA LABEAN, BARATXURI  
OLIO OZPIN SALTSAN

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