



JAKINTZA IKASTOLA-JANGELA

2026 URTARRILA

MENU OROKORRA

ASTELEHENA

ASTEARTEA

ASTEAZKENA

OSTEGUNA

OSTIRALA

7

8

9

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

BABARRUN TXURIAK PORRU
ETA AZENARIOAREKIN
LEGATZA
SALSA BERDEAN
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

BROKOLI KREMA
OILASKO IZTERRA
LABEAN+PATATA ERREAK
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

12

13

14

15

16

ZIAZERBA KREMA
TXERRI SOLOMOA +PIPER
GORRIAK
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

DILISTAK,AZENARIO ETA
PORRUAREKIN
LEGATZA ARRAUTZEZTAUTA+LIMOIA
URAZA ENTSALADA
IZTUETA JOGURTA NATURALA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

PORRU PATATA
HARAGI GISATUA, BARAZKI
SALTSAN
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

TXITXIRIOAK,AZENARIO ETA
PORRUAREKIN
LEGATZA
SALSA BERDEAN
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

KUIATXO KREMA
ARROZA KUBATAR ERARA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

19

20

21

22

23

BROKOLI KREMA
PATATA TORTILA+ URAZA
ENTSALADA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

BABARRUN BELTZAK
LEGATZA LABEAN,BARATXURI OLIO
OZPIN SALTSAN
IZTUETA BEHI ESNE TXOKOLATE
IRABIAKIA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

ZERBA KREMA
OILASKO
XERRA+TXANPINOIAKN
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

DILISTAK,AZENARIO ETA
PORRUAREKIN
LEGATZA ARRAUTZEZTAUTA+LIMOIA
URAZA ENTSALADA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

PORRU PATATA
TXEKOR HARAGI
HANBURGESA+ETXEKO TOMATE
SALSA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

26

27

28

29

30

TXEKOR HARAGI-FIDEO
ZOPA
TXEKOR HARAGI EGOSIA
ETXEKO TOMATE SALTSAN
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

ESPAGETIAK+ETXEKO TOMATE
SALTSAN
LEGATZA SALSA BERDEAN
IZTUETA,JOGURTA NATURALA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

BABARRUN TXURIAK,PORRU ETA
AZENARIOAREKIN
TXERRI SOLOMOA +PIPER GORRIAK
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

PATATAK ERRIOXAR ERARA
LEGATZA LABEAN,BARATXURI OLIO
OZPIN SALTSAN
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

KUIA KREMA
TXEKOR HARAGI PILOTATXIOAK
BARAZKI SALTSAN+ARROZ
INTEGRALA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

* PORRU PATATA OSORIK ESKEITZEN DA, NAHI IZANEZ GERO

OHARRA:

*TXEKOR HARAGIA, EUSKO LABELDUNA DA.

*ARRAINA FRESKOA DA

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

* ARRAUTZAK EKOLOGIKOAK DIRA

* ESNEKIAK :IZTUETA BASERRIA



JAKINTZA IKASTOLA-JANGELA

2026 URTARRILA

GLUTENIK GABEKO M ENUA

ASTELEHENA

ASTEARTEA

ASTEAZKENA

OSTEGUNA

OSTIRALA

7

8

9

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

BABARRUN TXURIAK PORRU
ETA AZENARIOAREKIN
LEGATZA
SALSA BERDEAN
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA

BROKOLI KREMA
OILASKO IZTERRA
LABEAN+PATATA ERREAK
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK
GABEKO OGIA

12

13

14

15

16

ZIAZERBA KREMA
TXERRI SOLOMOA +PIPER
GORRIAK
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK
GABEKO OGIA

DILISTAK,AZENARIO ETA
PORRUAREKIN
LEGATZA ARRAUTZEZTAUTA+LIMOIA
URAZA ENTSALADA
IZTUETA JOGURTA NATURALA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA

PORRU PATATA
HARAGI GISATUA, BARAZKI
SALTSAN
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK
GABEKO OGIA

TXITXIRIOAK,AZENARIO ETA
PORRUAREKIN
LEGATZA
SALSA BERDEAN
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA

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

19

20

21

22

23

BROKOLI KREMA
PATATA TORTILA+ URAZA
ENTSalADA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK
GABEKO OGIA

BABARRUN BELTZAK
LEGATZA LABEAN,BARATXURI OLIO
OZPIN SALTSAN
IZTUETA BEHI ESNE TXOKOLATE
IRABIAKIA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA

ZERBA KREMA
OILASKO
XERRA+TXANPINOIAKN
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK
GABEKO OGIA

DILISTAK,AZENARIO ETA
PORRUAREKIN
LEGATZA ARRAUTZEZTAUTA+LIMOIA
URAZA ENTSALADA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA

PORRU PATATA
TXEKOR HARAGI
HANBURGESA+ETXEKO TOMATE
SALSA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA

26

27

28

29

30

TXEKOR HARAGI-FIDEO
ZOPA
TXEKOR HARAGI EGOSIA
ETXEKO TOMATE SALTSAN
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK
GABEKO OGIA

ESPAGETIAK+ETXEKO TOMATE
SALTSAN
LEGATZA SALSA BERDEAN
IZTUETA,JOGURTA NATURALA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA

BABARRUN TXURIAK,PORRU ETA
AZENARIOAREKIN
TXERRI SOLOMOA +PIPER GORRIAK
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA

PATATAK ERRIOXAR ERARA
LEGATZA LABEAN,BARATXURI OLIO
OZPIN SALTSAN
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA

KUIA KREMA
TXEKOR HARAGI PILOTATXIOAK
BARAZKI SALTSAN+ARROZ
INTEGRALA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA

* PORRU PATATA OSORIK ESKEITZEN DA, NAHI IZANEZ GERO

OHARRA:

*TXEKOR HARAGIA, EUSKO LABELDUNA DA.

*ARRAINA FRESKOA DA

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

* ARRAUTZAK EKOLOGIKOAK DIRA

* ESNEKIAK :IZTUETA BASERRIA



JAKINTZA IKASTOLA-JANGELA

2026 URTARRILA

HARAGIRIK GABEKO MENUA

ASTELEHENA

ASTEARTEA

ASTEAZKENA

OSTEGUNA

OSTIRALA

7

8

9

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

BABARRUN TXURIAK PORRU
ETA AZENARIOAREKIN
LEGATZA
SALTSA BERDEAN
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

BROKOLI KREMA
OILASKO ARRAUTZA
FREJITUA+PATATA ERREAK
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

12
ZIAZERBA KREMA
ATUN TORTILA+PIPER GORRIAK
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

13
DILISTAK,AZENARIO ETA
PORRUAREKIN
LEGATZA ARRAUTZEZTAUTA+LIMOIA
URAZA ENTSALADA
IZTUETA JOGURTA NATURALA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

14
PORRU PATATA
ZEREALDUN
HANBURGESA+BARAZKI
EZBERDINAK PLANTXAN
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

15
TXITXIRIOAK,AZENARIO ETA
PORRUAREKIN
LEGATZA
SALTSA BERDEAN
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

16
KUIATXO KREMA
ARROZA KUBATAR ERARA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

19
BROKOLI KREMA
PATATA TORTILA+ URAZA
ENTSalADA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

20
BABARRUN BELTZAK
LEGATZA LABEAN,BARATXURI OLIO
OZPIN SALTSAN
IZTUETA BEHI ESNE TXOKOLATE
IRABIAKIA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

21
ZERBA KREMA
TORTILA
FRANTSESA+TXANPINOIAKIN
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

22
DILISTAK,AZENARIO ETA
PORRUAREKIN
LEGATZA ARRAUTZEZTAUTA+LIMOIA
URAZA ENTSALADA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

23
PORRU PATATA
ZEREALDUN HANBURGESA
HANBURGESA+ETXEKO TOMATE
SALTSA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

26
BARAZKI-FIDEO ZOPA
ARRAUTZA EGOSIA,
ETXEKO TOMATE SALTSAN
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

27
ESPAGETIAK+ETXEKO TOMATE
SALTSAN
LEGATZA SALTSA BERDEAN
IZTUETA,JOGURTA NATURALA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

28
BABARRUN TXURIAK,PORRU ETA
AZENARIOAREKIN
ATUN TORTILA +PIPER GORRIAK
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

29
ILARRAK PATATEKIN
LEGATZA LABEAN,BARATXURI OLIO
OZPIN SALTSAN
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

30
KUIA KREMA
ARROZ INTEGRALA+ ETXEKO
TOMATE SALTSA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

OHARRA:

- * PORRU PATATA OSORIK ESKEITZEN DA, NAHI IZANEZ GERO
- *TXEKOR HARAGIA, EUSKO LABELDUNA DA.
- *ARRAINA FRESKOA DA

- *ERRIGORA-KO PRODUKTUAK: ARROZA, TOMATEA ETA OLIO OLIBA BIRJINA ERABILTZEN DIRA
- * ARRAUTZAK EKOLOGIKOAK DIRA
- * ESNEKIAK :IZTUETA BASERRIA