



JAKINTZA IKASTOLA, IKASTOLA-JANGELA

2026 OTSAILA

MENU OROKORRA

ASTELEHENA

2

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

ASTEARTEA

3

DILISTAK, AZENARIO ETA
PORRUAREKIN
LEGATZA ARRAUTZEZTAUTA+LIMOIA
URAZA ENTSALADA
IZTUETA BEHI ESNEZ EGINIKO
TXOKOLATE IRABIAKIA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

ASTEAZKENA

4

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

OSTEGUNA

5

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

OSTIRALA

6

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

AZALORE KREMA

9

PATATA TORTILA+ URAZA
ENTSALADA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

ARROZA ETXEKO TOMATEAREKIN

10

LEGATZA LABEAN, BARATXURI
OLIO OZPIN SALTSAN
IZTUETA JOGURTA NATURALA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

ZIAZERBA KREMA

11

TXERRI SOLOMOA +PIPER
GORRIAK
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

BABARRUNA BELTZAK

12

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

KUIA KREMA

13

TXEKOR HARAGI PILOTATXIOAK
BARAZKI SALTSAN+ARROZ
INTEGRALA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

INAUTERIAK

16



17



KUIA KREMA

18

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

DILISTAK, AZENARIO ETA PORRUAREKIN

19

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

PORRU PATATA

20

HARAGI GISATUA, BARAZKI
SALTSAN
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

TXEKOR HARAGI-FIDEO ZOPA

23

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

DILISTAK, AZENARIO ETA PORRUAREKIN

24

LEGATZA ARRAUTZEZTAUTA+LIMOIA
URAZA ENTSALADA
IZTUETA JOGURTA NATURALA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

ARROZA +TOMATE FREJITUA

25

OILASKO XERRA + TXANPINOIAK
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

PATATAK ERRIOXAR ERARA

26

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

KUIATXO KREMA

27

ARROZA KUBATAR ERARA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

OHARRA:

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

*TXEKOR HARAGIA, EUSKO LABELDUNA DA.

*ARRAINA FRESKOA DA

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

DIRA 

* ARRAUTZAK EKOLOGIKOAK DIRA



JAKINTZA IKASTOLA, IKASTOLA-JANGELA

2026 OTSAILA

HARAGIRIK GABEKO MENUA

ASTELEHENA

2

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

ASTEARTEA

3

DILISTAK, AZENARIO ETA
PORRUAREKIN
LEGATZA ARRAUTZEZTAUTA+LIMOIA
URAZA ENTSALADA
IZTUETA BEHI ESNEZ EGINIKO
TXOKOLATE IRABIAKIA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

ASTEAZKENA

4

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

OSTEGUNA

5

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

OSTIRALA

6

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

AZALORE KREMA

9

PATATA TORTILA+ URAZA
ENTSALADA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

ARROZA ETXEKO TOMATEAREKIN

10

LEGATZA LABEAN, BARATXURI
OLIO OZPIN SALTSAN
IZTUETA JOGURTA NATURALA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

ZIAZERBA KREMA

11

ATUN TORTILA +PIPER GORRIAK
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

BABARRUNA BELTZAK

12

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

KUIA KREMA

13

ARROZ INTEGRALA+BARAZKI
EZEBERINDAK
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

INAUTERIAK

16



17



KUIA KREMA

18

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

DILISTAK, AZENARIO ETA PORRUAREKIN

19

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

PORRU PATATA

20

PATAT TOREILA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

BARAZKI FIDEO ZOPA

23

ARRAUTZA EGOSIA ETXEKO
TOMATE SALTSAN
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

DILISTAK, AZENARIO ETA PORRUAREKIN

24

LEGATZA ARRAUTZEZTAUTA+LIMOIA
URAZA ENTSALADA
IZTUETA JOGURTA NATURALA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

ARROZA +TOMATE FREJITUA

25

TORTILA FRANTSESA +
TXANPINOIAK
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

PATATAK ILARREKIN

26

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

KUIATXO KREMA

27

ARROZA KUBATAR ERARA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

OHARRA:

- * PORRU PATATA ETA LEKAK PATATEKIN, OSORIK ESKEINIKO DA LEHENENGO.
- *TXEKOR HARAGIA, EUSKO LABELDUNA DA.
- *ARRAINA FRESKOA DA

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



JAKINTZA IKASTOLA, IKASTOLA-JANGELA

2026 OTSAILA

GLUTENIK GABEKO MENUA

ASTELEHENA

2

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

ASTEARTEA

3

DILISTAK, AZENARIO ETA
PORRUAREKIN
LEGATZA ARRAUTZEZTAUTA+LIMOIA
URAZA ENTSALADA
IZTUETA BEHI ESNEZ EGINIKO
TXOKOLATE IRABIAKIA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA

ASTEAZKENA

4

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

OSTEGUNA

5

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

OSTIRALA

6

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

AZALORE KREMA

9

PATATA TORTILA+ URAZA
ENTSALADA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK
GABEKO OGIA

ARROZA ETXEKO TOMATEAREKIN

10

LEGATZA LABEAN, BARATXURI
OLIO OZPIN SALTSAN
IZTUETA JOGURTA NATURALA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA

ZIAZERBA KREMA

11

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

BABARRUNA BELTZAK

12

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

KUIA KREMA

13

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

INAUTERIAK

16



17



KUIA KREMA

18

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

DILISTAK, AZENARIO ETA PORRUAREKIN

19

LEGATZA ARRAUTZEZTAUTA+LIMOIA
URAZA ENTSALADA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA

PORRU PATATA

20

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

TXEKOR HARAGI-FIDEO ZOPA

23

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

DILISTAK, AZENARIO ETA PORRUAREKIN

24

LEGATZA ARRAUTZEZTAUTA+LIMOIA
URAZA ENTSALADA
IZTUETA JOGURTA NATURALA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA

ARROZA +TOMATE FREJITUA

25

OILASKO XERRA + TXANPINOIAK
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA

PATATAK ERRIOXAR ERARA

26

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

KUIATXO KREMA

27

ARROZA KUBATAR ERARA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK
GABEKO OGIA

OHARRA:

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

*TXEKOR HARAGIA, EUSKO LABELDUNA DA.

*ARRAINA FRESKOA DA

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

DIRA

* ARRAUTZAK EKOLOGIKOAK DIRA