



JAKINTZA IKASTOLA, IKASTOLA-JANGELA

2026 MAIATZA

MENU OROKORRA

ASTELEHENA

4

KUIA KREMA

MAKARROIAK ETXEO TOMATE
SALTSA+GAZTA BIRRINDUA

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

ASTEARTEA

5

DILISTAK, AZENARIO ETA
PORRUAREKIN

LEGATZA ARRAUTZEZTAUTA+LIMOIA
URAZA ENTSALADA

IZTUETA BEHI ESNEZ EGINIKO
TXOKOLATE IRABIAKIA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

ASTEAZKENA

6

ENTSALADA MIXTA

TXERRI SOLOMOA+PIPER GORRIAK

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

OSTEGUNA

7

TXITXIRIOAK, AZENARIO ETA
PORRUAREKIN

LEGATZA
SALTSA BERDEAN

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

OSTIRALA

8

PORRU PATATA

TXEKOR HARAGI GISATUA BARAZKI
SALTSAN

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

BROKOLI KREMA

PATATA TORTILA+ URAZA ENTSALADA

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

ARROZA TOMATE FREJIUAREKIN

LEGATZA LABEAN, BARATXURI OLIO
OZPIN SALTSAN

IZTUETA JOGURTA NATURA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

ZIAZERBA KREMA

OILASKO IZTERRA+PATATA ERREAK

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

BABARRUNA BELTZAK

LEGATZA ARRAUTZEZTAUTA+LIMOIA
URAZA ENTSALADA

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

AZALORE KREMA

TXEKOR HARAGI PILOTATXOAK
BARAZKI SALTSAN+ARROZ
INTEGRALA

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

BABARRUN TXURIAK PORRU
ETA AZENARIOAREKIN

TXERRI SOLOMOA+PIPER GORRIAK

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

PASTA ENTSALADA

LEGATZA SALTSA BERDEAN

IZTUETA BEHI ESNEZ EGINIKO
TXOKOLATE IRABIAKIA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

ILARRAK PATATEKIN

TXEKOR HARAGI HANBURGESAK
ETXEO TOMATE SALTSAN

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

DILISTAK, AZENARIO ETA
PORRUAREKIN

LEGATZA ARRAUTZEZTAUTA+LIMOIA
URAZA ENTSALADA

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

KUIA KREMA

ARROZA KUBATAR ERARA

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA

KUIATXO KREMA

ESPAGETIAK, ETXEO TOMATE
SALTSA+GAZTA BIRRINDUA

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA

DILISTAK, AZENARIO ETA
PORRUAREKIN

LEGATZA ARRAUTZEZTAUTA+LIMOIA
URAZA ENTSALADA

IZTUETA JOGURTA NATURALA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA

BROKOLI KREMA

PATATA TORTILA+ URAZA
ENTSALADA

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA

ENTSALADA MIXTA

LEGATZA LABEAN, OLIO OZPIN
BARATXURI SALTSAN

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA

ZERBA KREMA

OILASKO XERRA + TXANPINOIAK

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



JAKINTZA IKASTOLA, IKASTOLA-JANGELA

2026 MAIATZA

HARAGIRIK GABEKO MENUA

ASTELEHENA

4

KUIA KREMA

MAKARROIAK ETXeko TOMATE
SALTSa+GAZTA BIRRINDUA

GARAiKO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

ASTEARTEA

5

DILISTAK, AZENARIO ETA
PORRUAREKIN

LEGATZA ARRAUTZEZTAUTA+LIMOIA
URAZA ENTSALADA

IZTUETA BEHI ESNEZ EGNIKO
TXOKOLATE IRABIAKIA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

ASTEAZKENA

6

ENTSALADA MIXTA

ATUN TORTILA+PIPER GORRIAK

GARAiKO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

OSTEGUNA

7

TXITXIRIOAK, AZENARIO ETA
PORRUAREKIN

LEGATZA
SALTSa BERDEAN

GARAiKO FRUTA

LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

OSTIRALA

8

PORRU PATATA

ZEREALDUN HANBURGESA
BEGETALA+PATATA ERREAK

GARAiKO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

BROKOLI KREMA

PATATA TORTILA+ URAZA ENTSALADA

GARAiKO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

ARROZA TOMATE FRIJITUAREKIN

LEGATZA LABEAN, BARATXURI OLIO
OZPIN SALTSAN

IZTUETA JOGURTA NATURA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

ZIAZERBA KREMA

ARRAUTZA FREJITUA+PATATA
ERREAK

GARAiKO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

BABARRUNA BELTZAK

LEGATZA ARRAUTZEZTAUTA+LIMOIA
URAZA ENTSALADA

GARAiKO FRUTA

LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

AZALORE KREMA

ARROZ INTEGRALA+BARAZKI
EZEBERDINAK

GARAiKO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

BABARRUN TXURIAK PORRU
ETA AZENARIOAREKIN

ATUN TORTILA+PIPER GORRIAK

GARAiKO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

PASTA ENTSALADA

LEGATZA SALTSa BERDEAN

IZTUETA BEHI ESNEZ EGNIKO
TXOKOLATE IRABIAKIA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

ILARRAK PATATEKIN

ZEREALDUN HANBURGESA+ ETXeko
TOMATE SALTSAN

GARAiKO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

DILISTAK, AZENARIO ETA
PORRUAREKIN

LEGATZA
AARUTZEZTATUTA+LIMOIA+URAZA
ENTSALADA

GARAiKO FRUTA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

KUIATXO KREMA

ARROZA KUBATAR ERARA

GARAiKO FRUTA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA

KUIA KREMA

ESPAGETIAK, ETXeko TOMATE
SALTSa+GAZTA BIRRINDUA

GARAiKO FRUTA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA

DILISTAK, AZENARIO ETA
PORRUAREKIN

LEGATZA ARRAUTZEZTAUTA+LIMOIA
URAZA ENTSALADA

IZTUETA JOGURTA NATURALA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA

BROKOLI KREMA

PATATA TORTILA+ URAZA
ENTSALADA

GARAiKO FRUTA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA

ENTSALADA MIXTA

LEGATZA OLIO OZPIN BARATXURI
SALTSAN

GARAiKO FRUTA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA

ZERBA KREMA

TORTILA FRANTSESA + TXANPINOIAK

GARAiKO 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



JAKINTZA IKASTOLA, IKASTOLA-JANGELA

2026 MAIATZA

GLUTENIK GABEKO MENUA

ASTELEHENA

4

KUIA KREMA

MAKARROIAK ETXEKO TOMATE
SALSA+GAZTA BIRRINDUA

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA

ASTEARTEA

5

DILISTAK, AZENARIO ETA
PORRUAREKIN

LEGATZA ARRAUTZEZTAUTA+LIMOIA
URAZA ENTSALADA

IZTUETA BEHI ESNEZ EGNIKO
TXOKOLATE IRABIAKIA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA

ASTEAZKENA

6

ENTSALADA MIXTA

TXERRI SOLOMOA+PIPER GORRIAK

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO:
GLUTENIK GABEKO OGIA

OSTEGUNA

7

TXITXIRIOAK, AZENARIO ETA
PORRUAREKIN

LEGATZA
SALSA BERDEAN

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO GLUTENIK GABEKO
OGIA

OSTIRALA

8

PORRU PATATA

TXEKOR HARAGI GISATUA BARAZKI
SALTSAN

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA

BROKOLI KREMA

PATATA TORTILA+ URAZA ENTSALADA

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA

ARROZA TOMATE FRIJITUAREKIN

LEGATZA LABEAN, BARATXURI OLIO
OZPIN SALTSAN

IZTUETA JOGURTA NATURA
LAGUNTZEKO:
GLUTENIK GABEKO OGIA

ZIAZERBA KREMA

OILASKO IZTERRA+PATATA ERREAK

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA

BABARRUNA BELTZAK

LEGATZA ARRAUTZEZTAUTA+LIMOIA
URAZA ENTSALADA

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO:
GLUTENIK GABEKO OGIA

AZALORE KREMA

TXEKOR HARAGI PILOTATXOAK
BARAZKI SALTSAN+ARROZ
INTEGRALA

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA

BABARRUN TXURIAK PORRU
ETA AZENARIOAREKIN

TXERRI SOLOMOA+PIPER GORRIAK

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA

PASTA ENTSALADA

LEGATZA SALSA BERDEAN

IZTUETA BEHI ESNEZ EGNIKO
TXOKOLATE IRABIAKIA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA

ILARRAK PATATEKIN

TXEKOR HARAGI HANBURGESAK
ETXEKO TOMATE SALTSAN

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA

DILISTAK, AZENARIO ETA
PORRUAREKIN

LEGATZA ARRAUTZEZTAUTA+LIMOIA
URAZA ENTSALADA

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA

KUIATXO KREMA

ARROZA KUBATAR ERARA

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA

KUIA KREMA

ESPAGETIAK, ETXEKO TOMATE
SALSA+GAZTA BIRRINDUA

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA

DILISTAK, AZENARIO ETA
PORRUAREKIN

LEGATZA ARRAUTZEZTAUTA+LIMOIA
URAZA ENTSALADA

IZTUETA JOGURTA NATURALA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA

BROKOLI KREMA

PATATA TORTILA+ URAZA
ENTSALADA

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA

ENTSALADA MIXTA

LEGATZA LABEAN OLIO OZPIN
BARATXURI SALTSAN

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA

ZERBA KREMA

OILASKO XERRA + TXANPINOIAK

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