



JAKINTZA IKASTOLA

2026 URRIA

JANGELA

MENU OROKORRA

ASTELEHENA

ASTEARTEA

ASTEAZKENA

OSTEGUNA

OSTIRALA



BABARRUN TXURIAK PORRU
ETA AZENARIOAREKIN
LEGATZA ARRAUTZEZTAUTA+LIMOIA
URAZA ENTSALADA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

ENTSALADA MIXTA
PATATA TORTILA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

LEKAK PATATA ETA
AZENARIOAREKIN
OILASKO IZTERRA LABEAN+PIPER
GORRIAK
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

DILISTAK,AZENARIO ETA PORRUAREKIN
LEGATZA LABEAN,BARATXURI,OLIO-OZPIN
SALTSAN
GARAICO FRUTA LAGUNTZEKO
ZEREALDUN OGI INTEGRALA

PORRU PATATA
TXEKOR HARAGI GISATUA
BARAZKI SALTSAN
IZTUETA JOGURTA NATURALA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

BABARRUN BELTZAK
LEGATZA
SALTSA BERDEAN
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

KUIATXO KREMA
ARROZA KUBATAR ERARA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA



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

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

PATATAK ERRIOXAR ERARA
LEGATZA
SALTSA BERDEAN
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

KUIA KREMA
TXEKOR HARAGI PILOTATXOAK
BARAZKI SALTSAN+ARROZ
INTEGRALA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

KUIATXO KREMA
ARROZA KUBATAR ERARA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

TXITXIRIOAK,AZENARIO ETA
PORRUAREKIN
LEGATZA LABEAN,BARATXURI OLIO
OZPIN SALTSAN
IZTUETA BEHI ESNE, TXOKOLATE
IRABIAKIA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

LEKAK,PATATA ETA
AZENARIOAREKIN
TXEKOR HARAGI HANBURGESA+
ETXKO TOMATE SALTSA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

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

KUIATXO KREMA
OILASKO XERRA+TXANPINOIAK
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

DILISTAK,AZENARIO ETA
PORRUAREKIN
TXERRI SOLOMOA +PIPER
GORRIAK
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

PORRU PATATA
LEGATZA
SALTSA BERDEAN
IZTUETA,JOGURTA NATURALA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

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

BABARRUNTA TXURIAK PORRU ETA
AZENARIOAREKIN
LEGATZA LABEAN,BARATXURI OLIO
OZPIN SALTSAN
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

BROKOLI KREMA
TXEKOR HARAGI GISATUA
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





JAKINTZA IKASTOLA

2026 URRIA

JANGELA

HARAGIRIK GABEKO MENUA

ASTELEHENA

ASTEARTEA

ASTEAZKENA

OSTEGUNA

BABARRUN TXURIAK PORRU
ETA AZENARIOAREKIN
LEGATZA ARRAUTZEZTAUTA+LIMOIA
URAZA ENTSALADA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

OSTIRALA

ENTSALADA MIXTA
PATATA TORTILA
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

LEKAK PATATA ETA
AZENARIOAREKIN

ATUN TORTILA +PIPER GORRIAK

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

DILISTAK,AZENARIO ETA PORRUAREKIN
LEGATZA LABEAN,BARATXURI,OLIO-OZPIN
SALTSAN
GARAICO FRUTA LAGUNTZEKO
ZEREALDUN OGI INTEGRALA

PORRU PATATA
ZEREALDUN
HANBURGESA+BARAZKI SALTSA
IZTUETA JOGURTA NATURALA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

BABARRUN BELTZAK

LEGATZA
SALTSA BERDEAN

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

KUIATXO KREMA
ARROZA KUBATAR ERARA

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

JAI EGUNAI

MAKARROIAK ETXEO
TOMATEAREKIN

LEGATZA
ARRAUTZEZTAUTA+LIMOIA URAZA
ENTSALADA

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

ZIAZERBA KREMA

TORTILA FRANTSESA
+PIPER GORRIAK

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

PATATAK ERRIOXAR ERARA

LEGATZA
SALTSA BERDEAN

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

KUIA KREMA

ARROZ INTEGRALA+BARAZKI
EZBERDINAK
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

KUIATXO KREMA
ARROZA KUBATAR ERARA

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

TXITXIRIOAK,AZENARIO ETA
PORRUAREKIN
LEGATZA LABEAN,BARATXURI OLIO
OZPIN SALTSAN

IZTUETA BEHI ESNE, TXOKOLATE
IRABIAKIA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

LEKAK,PATATA ETA
AZENARIOAREKIN

ZEREALDUN HANBURGESA+
ETXEO TOMATE SALTSA

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

DILISTAK,AZENARIO ETA
PORRUAREKIN

LEGATZA
ARRAUTZEZTAUTA+LIMOIA URAZA
ENTSALADA

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

KUIATXO KREMA

ARRAUTZA FREJITUA+TXANPINIOIAK

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

DILISTAK,AZENARIO ETA
PORRUAREKIN

ATUN TORTILA +PIPER
GORRIAK

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

PORRU PATATA

LEGATZA
SALTSA BERDEAN

IZTUETA,JOGURTA NATURALA

LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

KUIATXO KREMA

MAKARROIAK ETXEO TOMATE
SALTSA+GAZTA BIRRINDUA

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

BABARRUNTA TXURIAK PORRU ETA
AZENARIOAREKIN

LEGATZA LABEAN,BARATXURI OLIO
OZPIN SALTSAN

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

BROKOLI KREMA

BARAZKI TORTILA

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





JAKINTZA IKASTOLA

2026 URRIA

JANGELA

GLUTENIK GABEKO MENUA

ASTELEHENA

ASTEARTEA

ASTEAZKENA

OSTEGUNA

1

BABARRUN TXURIAK PORRU
ETA AZENARIOAREKIN

LEGATZA ARRAUTZEZTAUTA+LIMOIA
URAZA ENTSALADA

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
MENUA

OSTIRALA

2

ENTSALADA MIXTA

PATATA TORTILA

GARAICO FRUTALAGUNTZEKO

LAGUNTZEKO:
GLUTENIK GABEKO MENUA

5

LEKAK PATATA ETA
AZENARIOAREKIN

OILASKO IZTERRA LABEAN+PIPER
GORRIAK

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
MENUA

6

DILISTAK,AZENARIO ETA PORRUAREKIN
LEGATZA LABEAN,BARATXURI,OLIO-OZPIN
SALTSAN
GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO

7

PORRU PATATA

TXEKOR HARAGI GISATUA
BARAZKI SALTSAN

IZTUETA JOGURTA NATURALA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK
GABEKO OGIA

8

BABARRUN BELTZAK

LEGATZA
SALTSA BERDEAN

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK
GABEKO OGIA

9

KUIATXO KREMA
ARROZA KUBATAR ERARA

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA

JAI EGUNA!



13

MAKARROIAK ETXEKO
TOMATEAREKIN

LEGATZA
ARRAUTZEZTAUTA+LIMOIA URAZA
ENTSALADA

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA

14

ZIAZERBA KREMA

TXERRI SOLOMOA +PIPER
GORRIAK

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK
GABEKO OGIA

15

PATATAK ERRIOXAR ERARA

LEGATZA
SALTSA BERDEAN

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA

16

KUIA KREMA

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

19

KUIATXO KREMA
ARROZA KUBATAR ERARA

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA

20

TXITXIRIOAK,AZENARIO ETA
PORRUAREKIN
LEGATZA LABEAN,BARATXURI OLIO
OZPIN SALTSAN

IZTUETA BEHI ESNE, TXOKOLATE
IRABIAKIA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA

21

LEKAK,PATATA ETA
AZENARIOAREKIN

TXEKOR HARAGI HANBURGESA+
ETXEKO TOMATE SALTSA

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA

22

DILISTAK,AZENARIO ETA
PORRUAREKIN

LEGATZA
ARRAUTZEZTAUTA+LIMOIA URAZA
ENTSALADA

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA

23

KUIATXO KREMA

OILASKO XERRA+TXANPINOIAK

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA

26

DILISTAK,AZENARIO ETA
PORRUAREKIN

TXERRI SOLOMOA +PIPER
GORRIAK

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK
GABEKO OGIA

27

PORRU PATATA

LEGATZA
SALTSA BERDEAN

IZTUETA,JOGURTA NATURALA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK
GABEKO OGIA

28

KUIATXO KREMA

MAKARROIAK ETXEKO TOMATE
SALTSA+GAZTA BIRRINDUA

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA

29

BABARRUNTA TXURIAK PORRU ETA
AZENARIOAREKIN

LEGATZA LABEAN,BARATXURI OLIO
OZPIN SALTSAN

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO
OGIA

30

BROKOLI KREMA

TXEKOR HARAGI GISATUA

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

