



JAKINTZA IKASTOLA, ESKOLA-JANTOKIA

2025 *2025* APIRILA

MENU OROKORRA

ASTELEHENA

ASTEARTEA

1

BARAZKI MENESTRA
BROKOLI KREMA

LEGATZA SALTSA BERDEAN

IZTUETA JOGURTA NATURALA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

ASTEAZKENA

2

KUIA KREMA

ARROZA KUBATAR ERARA

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

OSTEGUNA

3

DILISTAK, AZENARIO ETA
PORRUAREKIN

LEGATZA LABEAN, BARATXURI OLIO
OZPIN SALTAN

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

OSTIRALA

4

PORRU PATATA

TXEKOR HARAGI
HANBURGESA+ETXEKO TOMATE
SALTSA

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

7

ZERBA KREMA

OILASKO XERRA+PIPER
GORRIA

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

8

DILISTAK, AZENARIO ETA
PORRUAREKIN

LEGATZA
ARRAUTZEZTAUTA+LIMOIA URAZA
ENTZALADA

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

9

KUIATXO KREMA

MAKARROIAK ETXEKO
TOMATE SALTSA+GAZTA
BIRRINDUA

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

10

BABARRUN BELTZAK

LEGATZA
SALTSA BERDEAN

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

11

ENTZALADA MIXTA

TXEKOR HARAGI
PILOTATXOAK BARAZKI
SALTAN+ARROZ
INTEGRALA

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

UDABERRRIKO OPORRAK!

28

KUIATXO KREMA

MAKARROIAK ETXEKO
TOMATE SALTSA+GAZTA
BIRRINDUA

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

29

TXITXIRIOAK, PORRU ETA
AZENARIOAREKIN

LEGATZA
ARRAUTZEZTAUTA+LIMOIA URAZA
ENTZALADA

IZTUETA JOGURTA NATURALA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

30

PORRU PATATA

TXEKOR HARAGI GISATUA
BARAZKI SALTAN

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

OHARRA:

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

*TXEKOR HARAGIA, EUSKO LABELDUNA DA.

*ARRAINA FRESKOA DA

* ARRAUTZAK EKOLOGIKOAK DIRA

* ENTZALADA DAGOENEAN, BARAZKI KREMA EDO ENTZALADA
AUKERAN. (1.GO PLATERA)

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





JAKINTZA IKASTOLA, ESKOLA-JANTOKIA

2025 *2024* APIRILA

HARAGIRIK GABEKO MENUA

ASTELEHENA

ASTEARTEA

1

BARAZKI MENESTRA
BROKOLI KREMA

LEGATZA SALTSA BERDEAN

IZTUETA JOGURTA NATURALA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

ASTEAZKENA

2

KUIA KREMA

ARROZA KUBATAR ERARA

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GARI OGIA

OSTEGUNA

3

DILISTAK, AZENARIO ETA
PORRUAREKIN

LEGATZA LABEAN, BARATXURI OLIO
OZPIN SALTSA

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

OSTIRALA

4

PORRU PATATA

ZEREALDUN
HANBURGESA+ETXEKO TOMATE
SALTSA

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

7

ZERBA KREMA

ATUN TORTILA+PIPER
GORRIA

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

8

DILISTAK, AZENARIO ETA
PORRUAREKIN

LEGATZA
ARRAUTZEZTAUTA+LIMOIA URAZA
ENTZALADA

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

9

KUIATXO KREMA

MAKARROIAK ETXEKO
TOMATE SALTSA+GAZTA
BIRRINDUA

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

10

BABARRUN BELTZAK

LEGATZA
SALTSA BERDEAN

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

11

ENTZALADA MIXTA

ARROZ
INTEGRALA+BARAZKIAK

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

UDABERRRIKO OPORRAK!

28

KUIATXO KREMA

MAKARROIAK ETXEKO
TOMATE SALTSA+GAZTA
BIRRINDUA

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

29

TXITXIRIOAK, PORRU ETA
AZENARIOAREKIN

LEGATZA
ARRAUTZEZTAUTA+LIMOIA URAZA
ENTZALADA

IZTUETA JOGURTA NATURALA
LAGUNTZEKO: ZEREALDUN OGI
INTEGRALA

30

PORRU PATATA

ARRAUTZA
FREJITUA+BARAZKIAK
PLANTXAN

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GARI OGIA

OHARRA:

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

*TXEKOR HARAGIA, EUSKO LABELDUNA DA.

*ARRAINA FRESKOA DA

* ARRAUTZAK EKOLOGIKOAK DIRA

* ENTZALADA DAGOENEAN, BARAZKI KREMA EDO ENTZALADA
AUKERAN. (1.GO PLATERA)

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





JAKINTZA IKASTOLA, ESKOLA-JANTOKIA

2025 *2024* APIRILA

GLUTENIK GABEKO MENUA

ASTELEHENA

ASTEARTEA

1

BARAZKI MENESTRA
BROKOLI KREMA

LEGATZA SALTSA BERDEAN

IZTUETA JOGURTA NATURALA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO OGIA

ASTEAZKENA

2

KUIA KREMA

ARROZA KUBATAR ERARA

GARAICO FRUTA

LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO OGIA

OSTEGUNA

3

DILISTAK, AZENARIO ETA
PORRUAREKIN

LEGATZA LABEAN, BARATXURI OLIO
OZPIN SALTAN

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO OGIA

OSTIRALA

4

PORRU PATATA

TXEKOR HARAGI
HANBURGESA+ETXEKO TOMATE
SALTSA

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO OGIA

ZERBA KREMA

7

OILASKO XERRA+PIPER
GORRIA

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO OGIA

DILISTAK, AZENARIO ETA
PORRUAREKIN

8

LEGATZA
ARRAUTZEZTAUTA+LIMOIA URAZA
ENTZALADA

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO OGIA

KUIATXO KREMA

9

MAKARROIAK ETXEKO
TOMATE SALTSA+GAZTA
BIRRINDUA

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO OGIA

BABARRUN BELTZAK

10

LEGATZA
SALTSA BERDEAN

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO OGIA

ENTZALADA MIXTA

11

TXEKOR HARAGI
PILOTATXOAK BARAZKI
SALTAN+ARROZ
INTEGRALA

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO OGIA

UDABERRRIKO OPORRAK!

KUIATXO KREMA

28

MAKARROIAK ETXEKO
TOMATE SALTSA+GAZTA
BIRRINDUA

GARAICO FRUTA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO OGIA

TXITXIRIOAK, PORRU ETA
AZENARIOAREKIN

29

LEGATZA
ARRAUTZEZTAUTA+LIMOIA URAZA
ENTZALADA

IZTUETA JOGURTA NATURALA
LAGUNTZEKO: GLUTENIK GABEKO OGIA

PORRU PATATA

30

TXEKOR HARAGI GISATUA
BARAZKI SALTAN

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

* ENTZALADA DAGOENEAN, BARAZKI KREMA EDO ENTZALADA AUKERAN. (1.GO PLATERA)

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

