



URTARRILA MENU OROKORRA

ASTELEHENA	ASTEARTEA	ASTEAZKENA	OSTEGUNA	OSTIRALA
<i>haurtzaindegia</i> 3 KIRIBILAK BOLONIAK ERARA EDO TOMATEAZ LEGATZA SALTSA BERDEAN ENTSALADA ARROZ-ESNEA / FRUTA	<i>haurtzaindegia</i> 4 INDABA GORRIAK SAHIESKIA LABEAN EGINDA ENTSALADA FRUTA	<i>haurtzaindegia</i> 5 PATATAK ERRIOXAR ERARA OILASKO BULARKIAK PIPERREKIN ENTSALADA JOGURT/ FRUTA		
10 ILARRAK/ DILISTAK BARAZKIEKIN TXERRI TXULETA EDO AZPIZUNA GAZTA SALTSAREKIN ENTSALADA NATILAK / FRUTA	11 ZERBAK/ ARROZ ZURIA EDO INTEGRALA, PAELLA OILASKO ERREA ENTSALADA FRUTA	12 MENESTRA/ ESPAGETIAK BOLONIAK ERARA EDO TOMATEAZ LEGATZA, BAKAILAOA BIZKAIKO ERARA ENTSALADA FRUTA	13 LEKAK/ BARAZKI PUREA OKELA GISATUA BARRENGORRIKIN ENTSALADA FRUTA	14 AZALOREA/ PATATAK ERRIOXAR ERARA KANELOIAK, LEGATZA ENTSALADA JOGURT/ FRUTA
17 MENESTRA/ MAKARROIAK INDIOILAR BULARKIAK PIPERREKIN ENTSALADA MAMIA / FRUTA	18 ZERBAK/ DILISTAK LEGATZA FRIJITUA EDO SALTSA BERDEAN ENTSALADA FRUTA	19 PORRUSALDA/ BARAZKI PUREA SAN JAKOBO PIPERREKIN, UNTXIA LABEAN ENTSALADA FRUTA	20 ZIAZERBAK BETXAMELAREKIN/ INDABA GORRIAK ODOLOSTE, SAHIESKI ETA TXORIZOA ENTSALADA FRUTA	21 ILARRAK/ MARMITAKO BAKAILAOA BIZKAIKO ERARA, LEGATZA ENTSALADA FRUTA
24 ZERBAK/ INDABA ZURIAK TXERRI SOLOMOA, BEHI XERRA, PATATA FRIJITUEKIN ENTSALADA ARROZ-ESNEA / FRUTA	25 ROMANESKU/ ARROZ ZURIA, ARRAIN PAELLA OILASKO ERRA ENTSALADA FRUTA	26 LEKAK/ BARAZKI PUREA MIHIA SALTSA PIPERREKIN ENTSALADA FRUTA	27 AZA/ ZOPA, TXITXIRIOAK TXIPIROIAK SALTSA, LEGATZA ENTSALADA JOGURT / FRUTA	28 ZIAZERBAK BETXAMELAREKIN/ PATATAK OKELAREKIN PERNIL ERREA PATATA-PUREAZ ENTSALADA FRUTA
31 PASTA ENTALADA/ KIRIBILAK BOLONIAK ERARA OILASKO BULARKIAK PIPERREKIN EDO TXANPINOI SALTSAZ ENTSALADA FRUTA				

OHARRAK

ELIKAGAI EKOLOGIKO ETA 0 KILOMETROKOAK

BERDE KOLOREZ ADIERAZITAKO ELIKAGAIK GURE INGURU HURBI-LEKO BASERRI ETA NEKAZAL-USTIATEGIETAN EKOIZTUTAKOAK DIRA. JANTOKIAN EKOIZTUTAKO POSTREA DELA ERE ADIERAZTEN DU.

Ogia: ASTEAN BEHIN OGI DESBERDINEN ESKAINTZA BURUTUKO DUGU: INTEGRALAK, HAZIEKIN, ARTO-IRINADUNA...

OBSERVACIONES

ALIMENTOS ECOLÓGICOS Y Km. 0

LOS ALIMENTOS MARCADOS EN VERDE SE HAN PRODUCIDO EN BASERRIS Y EXPLOTACIONES AGRARIAS DE NUESTRO ENTORNO. INDICA TAMBIÉN LOS POSTRES PREPARADOS EN EL JANTOKI.

Pan: UNA VEZ POR SEMANA OFRECEREMOS DIFERENTES TIPOS DE PAN: INTEGRALES, CON SEMILLAS, CON HARINA DE MAÍZ...