



**LAUDIO**  
*ikastola*

*astelehena*

# martxoa



**JANTOKI**  
*zerbitzua*

*asteartea*

*asteazkena*

*osteguna*

*ostirala*

2  
1 Barazkiak/  
DILISTAK  
2 LEGATZA,  
KRABARROKA  
L Entsalada  
P Fruta

3  
1 Barazkiak/  
INDABA ZURIAK  
2 OILASKO PAPARRAK  
L Entsalada  
P Fruta

4  
1 Barazkiak/  
BARAZKI PUREA  
2 HANBURGESA  
TOMATEAZ  
L Entsalada  
P Fruta

5  
1 Barazkiak/  
MAKARROIAK  
2 IZOKINA, TXITXARRO,  
LEGATZA  
L Entsalada  
P Fruta

6  
1 Barazkiak/  
ZOPA, TXITXIRIOAK  
2 SOLOMO PATATA  
FRIJITU ETA PIPERREKIN  
L Entsalada  
P Fruta

9  
1 Barazkiak/  
KIRIBILAK  
2 HALIBUT,  
BAKAILAO  
L Entsalada  
P Fruta

10  
1 Barazkiak/  
ARROZA TOMATEAZ  
2 OILASKO ERREA  
L Entsalada  
P Fruta

11  
1 Barazkiak/  
BARAZKI PUREA  
2 MIHIA SALTSAN  
L Entsalada  
P Fruta

12  
1 Barazkiak/  
INDABA GORRIAK  
2 TXORIZO, SAHIESKI  
ETA ODOLOSTEA  
L Entsalada  
P Fruta

13  
1 Barazkiak/  
PATATAK  
ERRIOXAR ERARA  
2 LEGATZA,  
TXITXARRO  
L Entsalada  
P Fruta

16  
1 Barazkiak/  
DILISTAK  
2 OILASKO PAPARRAK  
L Entsalada  
P Fruta

17  
1 Barazkiak/  
ESPAGETIAK  
2 LEGATZA,  
KANELOIAK  
L Entsalada  
P Fruta

18  
1 Barazkiak/  
BARAZKI PUREA  
2 PERNIL ERREA  
PATATA-PUREAREKIN  
L Entsalada  
P Fruta

23  
1 Barazkiak/  
INDABA ZURIAK  
2 LEGATZA,  
KRABARROKA  
L Entsalada  
P Fruta

24  
1 Barazkiak/  
ZOPA, TXITXIRIOAK  
2 TXERRI TXULETA,  
SOLOMIKIA, PIPERRAK  
L Entsalada  
P Fruta

25  
1 Barazkiak/  
BARAZKI PUREA  
2 ARRAUTZAK,  
SALTIXTAK  
L Entsalada  
P Fruta

26  
1 Barazkiak/  
ARROZA, PAELLA  
2 OKELA GISATUA  
L Entsalada  
P Fruta

30  
1 Barazkiak/  
MAKARROIAK  
2 HALIBUT,  
BAKAILAO  
L Entsalada  
P Fruta

31  
1 Barazkiak/  
INDABA GORRIAK  
2 TXORIZO, SAHIESKI  
ETA ODOLOSTEA  
L Entsalada  
P Fruta

1  
1 Barazkiak/  
ARROZA, PAELLA  
2 OILASKO ERREA  
L Entsalada  
P Fruta

dokumentu hau internet  
bidez eskura duzu:  
 [www.laudioikastola.eus](http://www.laudioikastola.eus)  
puedes acceder a este documento  
en la web de la Ikastola

**OHARRAK**

**barazkiak:** ilarrak, lekak, ziazerbak, menestra, azalorea, zerbak, e.a. tartekatuko dira astean zehar azoka eskeintzen arabera.

**postreak:** fruta egunero eskaintzeaz gain (sasoia ren arabera, laranja k, bananak, sagarrak, madariak,...), astean bitan esnekiak (jogur, natila, mamia,...) eskeiniko dira aukeran.

**OHARRAK**

**verduras:** A lo largo de la semana se incluirán guisantes, vainas, espinacas, menestra, coliflor, acelgas, etc. según oferta de mercado.

**postres:** Además de la oferta diaria de fruta (según temporada, naranjas, plátanos, peras, manzanas,...), se ofrecerán lácteos (yogur, natillas, cuajada,...) dos veces por semana