

JANTOKI hezitzailea

SUKALDETIK MAHAIRA



ASTELEHENA

ASTEARTEA

ASTEAZKENA

OSTEGUNA

OSTIRALA

6

7

8

9

10

- Arroza tomatearekin
- Arrautza frijituak patata frijituarekin
- Fruta

- **Sasoiko barazki krema**
- Sahieskia labean uhazarekin
- Fruta

- Dilistak barazkiekin
- **Arrain freskoa**
- tomate errearekin
- logurta

- **Porrusalda**
- Oilasko paparra piper gorriekin
- Fruta

13

14

15

16

17

- **Brokolia eta patata** olio errearekin
- Saltxitxak entsaladarekin
- Fruta

- Espiralak tomatearekin
- **Kalabazina** plantxan barazki saltsarekin
- Fruta

- Haragi paella
- Makailoa labean piperradarekin
- Etxeko natilak

- Lekak azenario eta patatekin
- Indioilar gisatua
- Fruta

- Indaba zuriak barazkiekin
- Legatza arrautzaztatua maionesarekin
- Fruta

20

21

22

23

24

- Ilarrak urdaiazpikoarekin
- Solomoa plantxan piper berdeekin
- Fruta

- Hiru gutziakoa arroza
- Izokina labean tipula eta tomatearekin
- Fruta

- Barazki zopa
- Mihin saltsan
- Sagar errea

- **Azalore krema**
- **Arrain freskoa** limoiarekin
- Fruta

- Txitxirioak barazki eta azarekin
- Arrautza egosiak tomate saltsan
- logurta

27

28

29

30

31

- Makarroiak boloniar erara
- Legatza saltsa berdean
- Fruta

- **Kalabaza** krema ogitxoekin
- Txanpi erreak
- Fruta

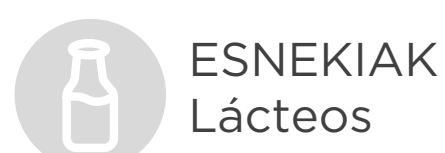
- Indaba gorriak txorizoarekin
- **Odolostea** piper gorriekin
- logurta

- **Patatak** barazkiekin
- Behi hanburgesa gazta saltsarekin
- Fruta

- Arrain zopa
- Oilasko errea entsaladarekin
- Fruta



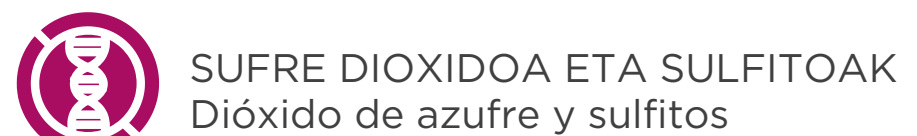
GLUTEN



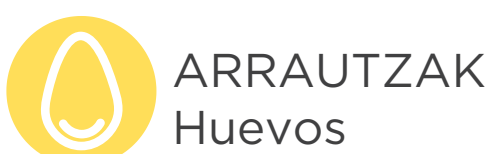
ESNEKIAK Lácteos



SOJA



SUFRE DIOXIDO ETA SULFITOAK Dióxido de azufre y sulfitos



ARRAUTZAK Huevos



ARRAINA Pescado



MOSTAZA



FRUITU OSKOLDUNAK frutos con cáscara

Elikagai ekologiko eta 0 kilometrokoak

Berde kolorez adierazitako elikagaiak gure inguru hurbileo baserri eta nekazal-ustiategietan ekoiztutakoak dira. Jantokian ekoiztutako postrea dela ere adierazten du.

Ogia: astean behin ogi desberdinen eskaintza burutzen dugu; integralak, haziekin, arto-irinaduna...

jantokia@laudioikastola.eus

JANTOKI hezitzailea

SUKALDETIK MAHAIRA



ASTELEHENA

ASTEARTEA

ASTEAZKENA

OSTEGUNA

OSTIRALA


6


7


8

9

10

- Arroza tomatearekin
- Alberjina frijitua patata frijituekin 
- Fruta

- **Sasoiko barazki krema**
- Hanburgesa uhazarekin 
- Fruta

- Dilistak barazkiekin
- Azalorea olio errearekin 
- Soja iogurta

- **Porrusalda**
- Nuggetsak piper gorriekin 
- Fruta

13

14


15

16

17

- **Brokolia eta patata** olio errearekin
- Indaba gorriak
- Fruta

- Espiralak tomatearekin 
- **Kalabazina** plantxan barazki saltsarekin
- Fruta

- Arroza tomatearekin
- Eskalopea piperradarekin 
- Soja iogurta

- Lekak azenario eta patatekin
- Txanpiak plantxan
- Fruta

- Indaba zuriak barazkiekin
- Azalorea olio errearekin
- Fruta


20


21

22

23


24

- Ilarrak olio errearekin
- Etxeko krocketak piper berdeekin 
- Fruta

- Hiru gutiziakoa arroza 
- Menestra
- Fruta

- Barazki zopa 
- Hanburgesa  
- Sagar errea

- **Azalore krema**
- Kalabazina frijitua
- Fruta

- Txitxirioak barazki eta azarekin
- Brokolia olio errearekin
- Soja iogurta 


27


28

29

30


31

- Makarroiak boloniar erara 
- Eskalopea
- Fruta

- **Kalabaza** krema ogitxoekin 
- Txanpi erreak
- Fruta

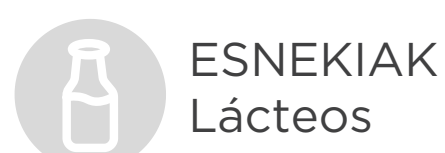
- Indaba gorriak barazkiekin
- Romaneskua olio errearekin
- Soja iogurta

- **Patatak barazkiekin**
- Hanburgesa
- Fruta

- Barazki zopa
- Alberjina frijitua entsaladarekin 
- Fruta



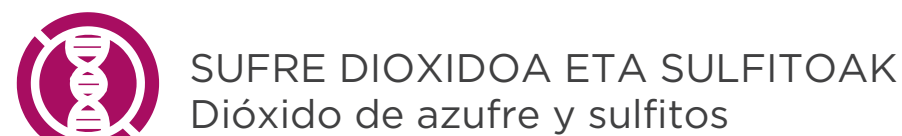
GLUTEN



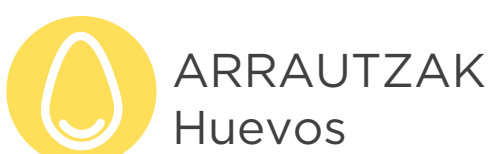
ESNEKIAK
Lácteos



SOJA



SUFRE DIOXIDO A ETA SULFITOAK
Dióxido de azufre y sulfitos



ARRAUTZAK
Huevos



ARRAINA
Pescado



MOSTAZA



FRUITU OSKOLDUNAK
frutos con cáscara

Elikagai ekologiko eta 0 kilometrokoak

Berde kolorez adierazitako elikagaiak gure inguru hurbileo baserri eta nekazal-ustiategietan ekoiztutakoak dira. Jantokian ekoiztutako postrea dela ere adierazten du.

Ogia: astean behin ogi desberdinen eskaintza burutzen dugu; integralak, haziekin, arto-irinaduna...

jantokia@laudioikastola.eus