

JANTOKI hezitzailea

SUKALDETIK MAHAIRA



ASTELEHENA

ASTEARTEA

ASTEAZKENA

OSTEGUNA

OSTIRALA

3

- Txitxirioak azarekin
- **Odolostea**
- Fruta

4

- **Patatak barazkiekin**
- Hanburgesa
- Fruta

5

- Indaba zuriak barazkiekin
- Arrainez betetako piperrak saltsan
- Fruta

6

- Makarroiak italiar erara
- Arrautza frijituak **entsaladarekin**
- Fruta

7

- **Kalabaza purea**
- Txerri gisatua
- logurta

10

- Dilistak barazkiekin
- Atun tortila
- Fruta

11

- Arroza tomatearekin
- **Kalabazina** plantxan barazki saltsan
- Fruta

12

- Porrusalda
- Mihia saltsan
- Fruta

13

- Txitxirioak barazkiekin
- **Arrain freskoa entsaladarekin**
- logurta

14

- **Brokolia** olio errearekin
- Indioilar paparra gazta saltsan
- Fruta

17

- Ilarrak olio errearekin
- Kaneloiak
- Fruta

18

- Pasta tomatea eta gaztarekin
- Oilasko errea **uhazarekin**
- Fruta

19

- **Barazki purea**
- Bakailaoa bizkaitar erara
- **Arroz esnea**

20

- **Azalorea** patatekin
- Txerri xerra
- Fruta

21

- Haragi paella
- Atunez betetako arrautzak **entsaladarekin**
- Fruta

24

- Menestra olio errearekin
- Oilasko paparra piper gorriekin
- Fruta

25

- Indaba gorriak barazkiekin
- Legatza arrautzatua maionesarekin
- Fruta

26

- Barazki zopa arrautza egosiarekin
- Behi sukalkia
- Sagar errea

27

- Arroza tomatearekin
- Txanpi erreak patata frijituekin
- Fruta

28

- Dilistak barazkiekin
- **Arrain freskoa entsaladarekin**
- logurta

31

- Pasta boloniar saltsan
- Solomoa piper berdeekin
- Fruta



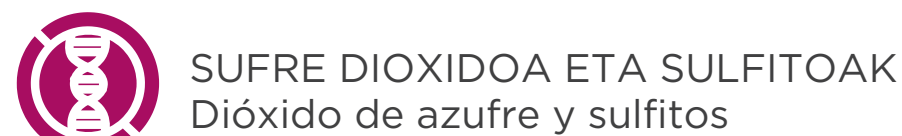
GLUTEN



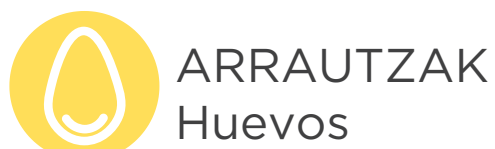
ESNEKIAK Lácteos



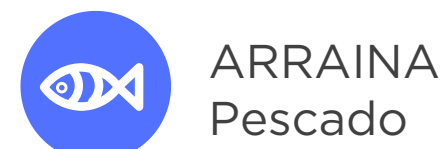
SOJA



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, haziakin, arto-irinaduna...

jantokia@laudioikastola.eus

JANTOKI hezitzailea

SUKALDETIK MAHAIRA



ASTELEHENA

ASTEARTEA

ASTEAZKENA

OSTEGUNA

OSTIRALA

3

4

5

6

7

- Indaba zuriak barazkiekin
- **Azalorea**
- Fruta

- Makarroiak tomatearekin 
- Hanburgesa beganoa **entsaladarekin** 
- Fruta

- **Kalabaza purea**
- Arroza barazki saltsarekin
- Fruta

10

11

12

13

14

- Dilistak barazkiekin
- **Romaneskua**
- Fruta

- Arroza tomatearekin
- **Kalabazina** plantxan barazki saltsan
- Fruta

- **Porrusalda**
- Etxeko kroketa beganoak 
- Fruta

- Txitxirioak
- Pistoia
- Fruta

- **Brokolia** olio errearekin
- Pasta txanpiekin
- Fruta

17

18

19

20


21

- Ilarrak olio errearekin
- Nuggets beganoak 
- Fruta

- Pasta tomatearekin
- **Bruselaza**
- Fruta

- **Barazki purea**
- Hanburgesa beganoa
- Fruta

- **Azalorea** patatekin
- **Alberjina errea**
- Fruta

- Barazki paella
- Entsalada mixtoa 
- Fruta

24

25


26

27


28

- Menestra
- Pasta tomatearekin
- Fruta

- Indaba gorriak
- **Kalabazin krema**
- Fruta

- Barazki zopa
- Etxeko krocketak 
- Sagar errea

- Arroza tomatearekin
- Txanpi erreak patata frijituekin
- Fruta

- Dilistak barazkiekin
- Nuggets beganoak 
- Fruta

31

- Pasta tomatearekin
- **Espinakak**
- Fruta



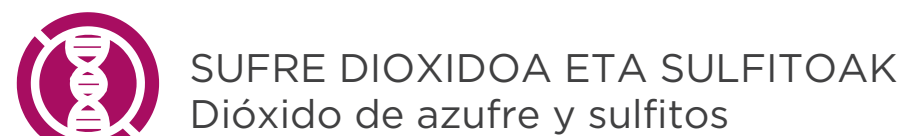
GLUTEN



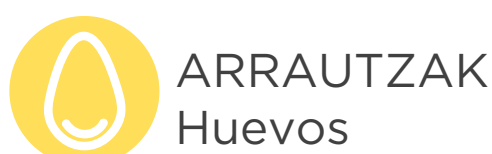
ESNEKIAK
Lácteos



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