MENUA - AZAROA

Zurriola ikastola

2 **JAI**	3 Espageti integralak tomatearekin Atunez beteriko arrautzak letxuga entsaladarekin Sasoiko fruta	4 Txitxirio gisatuak barazkiekin Bakailua saltsa berdean Sasoiko fruta	5 Porru-patatak Dilista gisatuak barazkiekin Sasoiko fruta	6 Entsalada mistoa Oilasko izterrak labean azenario entsaladarekin Jogurta naturala
	Barazkiak-hegaztia-fruta	Entsalada-arrautza-fruta	Zopa-haragia-jogurta	Patata-arraina-fruta
9 Potxa gisatuak barazkiekin Palometa tomatea eta tipula potxatuarekin Sasoiko fruta	10 Kalabaza purea Indioilarra gisatua patatekin Sasoiko fruta	11 Arroza integrala barazkiekin Patata tortilla letxuga entsaladarekin Sasoiko fruta	12 Azalorea, patata, bexamela eta baratxuri erregosiarekin Txitxirio gisatuak barazkiekin Sasoiko fruta	13 Haragi eta barazki cous- cousa Legatza irin-arrautzaztuta tomate entsaladarekin Jogurta naturala
Entsalada-haragia-fruta	Zopa-arraina-fruta	Purea-hegaztia-fruta	Arroza-arrautza-jogurta	Barazkiak-hegaztia-fruta
16 Potxa gisatuak barazkiekin Bakailu tortilla letxuga entsaladarekin Sasoiko fruta	17 Arroza tomarearekin Eskalopea patata frijituekin Jogurta naturala	18 Patatak errioxar erara Nuget-ak kepchup-arekin Sasoiko fruta	19 Espagetiak boloniar erara Itsas oilarra letxuga entsaladarekin Sasoiko fruta	20 Lekak patata eta baratxuri erregosiarekin Txitxirio entsalada Sasoiko fruta
Purea-haragia-fruta	Entsalada-arraina-fruta	Patata-hegaztia-fruta	Barazkiak-arrautza-fruta	Arroza-arraina-jogurta
23 Dilista gisatuak barazkiekin Oilasko hegalak saltsa gazi-gozoa eta azenario entsaladarekin Sasoiko fruta	24 Babarrun gisatuak barazkiekin Atuna tomate saltsarekin Sasoiko fruta	25 Makarroi integralak espinaka baratxuri eta txanpinoiekin Soja-hanburgesa tomate entsaladarekin Sasoiko fruta	26 Barazki purea Arropa-zaharreko tortilla letxuga entsaladarekin Jogurta naturala	27 Arroza integrala txanpinoi eta piperrerekin Ikastolako pizza Sasoiko fruta
Entsalada-arraina-fruta	Purea-arrautza-fruta	Barazkiak-haragia-jogurta	Zopa-arraina-fruta	Purea-hegaztia-fruta
30 Potxa gisatuak barazkiekin Legatza labean baratxuri erregosia eta letxuga entsaladarekin Sasoiko fruta				
Purea-arrautza-fruta				

Bertako haragia · Bertako ekoizleak · Arrain urdina · km.0 · EUSKO LABEL · Ogi Integrala · Oilaskoa · Txerria

BERRIKUSITA:

itsas natura | Laboratorio Asesoría alimentaria Formación manipuladores