



GLUTEN GABEKO MENUA

ASTELEHENA	MARTITZENA	EGUAZTENA	EGUENA	BARIKUA	URTEKO PLANGINTZA	
LEHENENGO ASTEA					Irailak 9-13 Urriak 14-18 Azaroak 18-22 Urtarrilak 7-10	Otsailak 10-14 Martxoak 17-21 Maiatzak 5-9 Ekainak 9-13
Barazki purea	Dilistak barazkiekin / Lekak	Marmitakoa / Brokolia	Eltzeko garbantzuak / Aza	Gluten gabeko pasta / Ilarrak		
Legatza frijitua limoia edo maionesarekin	Patata tortila entsaladarekin	Oilaskoa baratxuritan entsaladarekin	Etxeko san Jakoboak uhazarekin	Etxeko txahal albondigak saltsan	Irailak 16-20 Urriak 21-25 Azaroak 25-29 Urtarrilak 13-17	Otsailak 17-21 Martxoak 24-28 Maiatzak 12-16 Ekainak 16-20
Sasoiko fruta	Sasoiko fruta	Sasoiko fruta	Jogurta	Sasoiko fruta		
BIGARREN ASTEA					Irailak 23-27 Urriak 28-31 Abendua 2-6 Urtarrilak 20-24	Otsailak 24-28 Martxoak 31-4 Maiatzak 19-23
Dilistak barazkiekin / Lekak	Arroza barazkiekin / Zerbak	Barazkiak osoan / Azalorea	Indaba zuriak / Purea	Gluten gabeko pasta entsalada / Ilarrak		
Txerri haragia entsaladarekin	Arraina urdina	Oilasko errea entsaladarekin	Arrautza frijitua patatekin	Etxeko haragi sukalkia	Urriak 30-4 Azaroak 4-8 Abendua 9-13 Urtarrilak 27-31	Martxoak 3-7 Apirilak 7-11 Maiatzak 26-30
Sasoiko fruta	Jogurta	Sasoiko fruta	Sasoiko fruta	Sasoiko fruta		
HIRUGARREN ASTEA					Urriak 7-12 Azaroak 11-15 Abendua 16-21 Otsaila 3-7	Martxoak 10-14 Apirilak 28-2 Ekainak 2-6
Arroza tomatearekin / Zerbak	Indaba gorriak barazkiekin / Lekak	Patatak errioxar erara / Ilarrak	Dilista gixatuak / Espinakak	Barazkiak osoan		
Legatza labean erregosiarekin	Indioilarra barazkiekin	Arrautza egosia tomatearekin	Oilasko errea entsaladarekin	Gluten gabeko haragi lasaia		
Sasoiko fruta	Jogurta	Sasoiko fruta	Sasoiko fruta	Sasoiko fruta		
LAUGARREN ASTEA					Urriak 7-12 Azaroak 11-15 Abendua 16-21 Otsaila 3-7	Martxoak 10-14 Apirilak 28-2 Ekainak 2-6
Dilistak txorixoarekin / Azalorea	Barazkiak osoan	Haragi paella / Purea	Indaba zuriak barazkiekin / Zerbak	Gluten gabeko pasta boloñesa erara Ilarrak		
Patata tortila entsaladarekin	Oilasko bularra entsaladarekin	Legatza saltsa berdean	Txerri xerra entsaladarekin	Etxeko txahal albondigak barazki saltsan		
Sasoiko fruta	Sasoiko fruta	Sasoiko fruta	Jogurta	Sasoiko fruta		
BOSTGARREN ASTEA					Urriak 7-12 Azaroak 11-15 Abendua 16-21 Otsaila 3-7	Martxoak 10-14 Apirilak 28-2 Ekainak 2-6
Gluten gabeko pasta perretxikoekin / Azalorea	Indaba gorriak / Lekak	Barazkiak osoan / Alkatxofak	Arroza barazkiekin / Purea	Eltzeko dilistak / Menestra		
Legatza labean erregosiarekin	Oilasko errea entsaladarekin	Hanburgesa txanpi, tipula eta entsaladarekin	Arrautza beteak hegaluzearekin	Solomo adobatua tomate entsaladarekin		
Sasoiko fruta	Jogurta	Sasoiko fruta	Sasoiko fruta	Sasoiko fruta		