



Otsaila



Haur Eskola

ASTELEHENA	MARTITZENA	EGUAZTENA	EGUENA	BARIKUA
3 Dilistak barazkiekin Txerri haragia entsaladarekin Sasoiko fruta	4 Arroza barazkiekin Arraina urdina Jogurta	5 Barazkiak osoan/ purean Oilasko errea entsaladarekin Sasoiko fruta	6 Indaba zuriak osoan/ purean Arrautza frijitua patatekin Jogurta	7 Pasta entsalada Txahal albondigak barazki saltsan Sasoiko fruta
10 Arroza tomatearekin Legatza etxeko saltsan Sasoiko fruta	11 Indaba gorriak barazkiekin/ purean Indioilarra barazkiekin Jogurta	12 Patatak errioxar erara Arrautza egosia tomatea edo bexamelarekin Sasoiko fruta	13 Dilista gixatuak Oilasko errea entsaladarekin Jogurta	14 Barazkiak osoan/ purean Txahal albondigak saltsan Sasoiko fruta
17 Dilistak txorixoarekin Patata tortila entsaladarekin Sasoiko fruta	18 Barazkiak osoan/ purean Oilasko bularra entsaladarekin Jogurta	19 Haragi paella Legatza saltsa berdean Sasoiko fruta	20 Indaba zuriak barazkiekin/ purean Txerri xerra entsaladarekin Jogurta	21 Espagettiak boloñesa erara Txahal albondigak barazki saltsan Sasoiko fruta
24 Makarroiak perretxikoekin Legatza etxeko saltsan Sasoiko fruta	25 Indaba gorriak/ purean Oilasko errea entsaladarekin Jogurta	26 Barazkiak osoan/ purean Hamburgesa txanpi, tipula eta entsaladarekin Sasoiko fruta	27 Arroza barazkiekin Frantziar tortila Jogurta	28 Eltzeko dilistak Solomo adobatua tomate entsaladarekin Sasoiko fruta



Otsaila



3 urte - LH1

ASTELEHENA	MARTITZENA	EGUAZTENA	EGUENA	BARIKUA
3 648kcal.-38prot/12koip./54Kh Dilistak barazkiekin Txerri haragia entsaladarekin Sasoiko fruta	4 891kcal.-57prot/28koip./92Kh Arroza barazkiekin Arraina urdina Jogurta 	5 706kcal.35prot/24koip./60Kh Barazkiak osoan Oilasko errea entsaladarekin Sasoiko fruta	6 734kcal.-30prot/32koip./89Kh Indaba zuriak Arrautza frijitua patatekin Sasoiko fruta	7 604kcal.-28prot/19koip./73Kh Pasta entsalada Etxeko haragi sukalkia Sasoiko fruta
10 756kcal.-28prot/28koip./93Kh Arroza tomatearekin Legatza labean erregosiarekin Sasoiko fruta	11 577kcal.-29prot/8koip./51Kh Indaba gorriak barazkiekin Indioilarra barazkiekin Jogurta 	12 793kcal.-20prot/16koip./86Kh Patatak errioxar erara Arrautza egosia tomatea edo bexamelarekin Sasoiko fruta	13 631kcal.-39prot/13koip./74Kh Dilista gixatuak Oilasko errea entsaladarekin Sasoiko fruta	14 873kcal.-40prot/26koip./94Kh Barazkiak osoan Haragi lasaña Sasoiko fruta
17 801kcal.-30prot/17koip./112Kh Dilistak txorixoarekin Patata tortila entsaladarekin Sasoiko fruta	18 817kcal.-44prot/42koip./67Kh Barazkiak osoan Oilasko bularra entsaladarekin Sasoiko fruta	19 891kcal.-57prot/28koip./92Kh Haragi paella Legatza saltsa berdean Sasoiko fruta	20 811kcal.-47prot/33koip./76Kh Indaba zuriak barazkiekin Txerri xerra entsaladarekin Jogurta 	21 796kcal.-32prot/30koip./97Kh Espagettiak boloñesa erara Txahal albondigak barazki saltsan Sasoiko fruta
24 756kcal.-28prot/28koip./93Kh Makarroiak perretxikoekin Legatza labean erregosiarekin Sasoiko fruta	25 769kcal.-46prot/43koip./38Kh Indaba gorriak Oilasko errea entsaladarekin Jogurta 	26 766kcal.-22prot/19koip./74Kh Barazkiak osoan Hanburgesa txanpi, tipula eta entsaladarekin Sasoiko fruta	27 587kcal.-17prot/11koip./96Kh Arroza barazkiekin Arrautza beteak hegaluzearekin Sasoiko fruta	28 605kcal.-40prot/8koip./54Kh Eltzeko dilistak Solomo adobatua tomate entsaladarekin Sasoiko fruta



Otsaila



LH2 - Batxi2

ASTELEHENA	MARTITZENA	EGUAZTENA	EGUENA	BARIKUA
3 648kcal.-38prot/12koip./54Kh Dilistak barazkiekin / Lekak Txerri haragia entsaladarekin Sasoiko fruta	4 891kcal.-57prot/28koip./92Kh Arroza barazkiekin / Zerbak Arraina urdina  Jogurta 	5 706kcal.35prot/24koip./60Kh Barazkiak osoan / Azalorea Oilasko errea entsaladarekin Sasoiko fruta	6 734kcal.-30prot/32koip./89Kh Indaba zuriak / Purea Arrautza frijitua patatekin  Sasoiko fruta	7 604kcal.-28prot/19koip./73Kh Pasta entsalada / Ilarrak    Etxeko haragi sukalkia Sasoiko fruta
10 756kcal.-28prot/28koip./93Kh Arroza tomatearekin / Zerbak Legatza labean erregosiarekin  Sasoiko fruta	11 577kcal.-29prot/8koip./51Kh Indaba gorriak barazkiekin / Lekak Indioilarra barazkiekin Jogurta 	12 793kcal.-20prot/16koip./86Kh Patatak errioxar erara / Ilarrak Arrautza egosia tomatea edo bexamelarekin    Sasoiko fruta	13 631kcal.-39prot/13koip./74Kh Dilista gixatuak / Espinakak Oilasko errea entsaladarekin Sasoiko fruta	14 873kcal.-40prot/26koip./94Kh Barazkiak osoan Haragi lasaña   Sasoiko fruta
17 801kcal.-30prot/17koip./112Kh Dilistak txorixoarekin / Azalorea Patata tortila entsaladarekin  Sasoiko fruta	18 817kcal.-44prot/42koip./67Kh Barazkiak osoan Oilasko bularra entsaladarekin Sasoiko fruta	19 891kcal.-57prot/28koip./92Kh Haragi paella / Purea Legatza saltsa berdean  Sasoiko fruta	20 811kcal.-47prot/33koip./76Kh Indaba zuriak barazkiekin / Zerbak Txerri xerra entsaladarekin Jogurta 	21 796kcal.-32prot/30koip./97Kh Espagettiak boloñesa erara  Ilarrak Txahal albondigak barazki saltsan   Sasoiko fruta
24 756kcal.-28prot/28koip./93Kh Makarroiak perretxikoekin / Azalorea  Legatza labean erregosiarekin  Sasoiko fruta	25 769kcal.-46prot/43koip./38Kh Indaba gorriak / Lekak Oilasko errea entsaladarekin Jogurta 	26 766kcal.-22prot/19koip./74Kh Barazkiak osoan / Alkatxofak Hanburgesa txanpi, tipula eta entsaladarekin  Sasoiko fruta	27 587kcal.-17prot/11koip./96Kh Arroza barazkiekin / Purea Arrautza beteak hegaluzearekin   Sasoiko fruta	28 605kcal.-40prot/8koip./54Kh Eltzeko dilistak/ Menestra Solomo adobatua tomate entsaladarekin Sasoiko fruta