



Martxoa



Haur Eskola

ASTELEHENA		MARTITZENA		EGUAZTENA		EGUENA		BARIKUA	
3		4		5		6		7	
INAUTERIAK		INAUTERIAK		Barazki purea Legatza frijituta  Sasoiko fruta		Eltzeko garbantzua /purean San Jakoboak uhazarekin    Jogurta 		Hiru koloretako pasta  Txahal albondigak saltsan   Sasoiko fruta	
10		11		12		13		14	
Dilistak barazkiekin Txerri haragia entsaladarekin Sasoiko fruta		Arroza barazkiekin Arraina urdina  Jogurta 		Barazkiak osoan/ purean Oilasko errea entsaladarekin Sasoiko fruta		Indaba zuriak/ purean Arrautza frijitua patatekin  Sasoiko fruta		Pasta entsalada    Txahal albondigak barazki saltsan   Sasoiko fruta	
17		18		19		20		21	
Arroza tomatearekin Legatza saltsan  Sasoiko fruta		Indaba gorriak barazkiekin /purean Indoiarra barazkiekin Jogurta 		Patatak errioxar erara Arrautza egosia tomatea edo bexamelarekin    Sasoiko fruta		Dilista gixatuak Oilasko errea entsaladarekin Jogurta 		Barazkiak osoan/ purean Txaha albondigak saltsan   Sasoiko fruta	
24		25		26		27		28	
Dilistak txorixoarekin Patata tortila entsaladarekin  Sasoiko fruta		Barazkiak osoan/ purean Oilasko bularra entsaladarekin Sasoiko fruta		Haragi paella Legatza saltsa berdean  Sasoiko fruta		Indaba zuriak barazkiekin/ purean Txerri xerra entsaladarekin Jogurta 		Espagettiak boloñesa erara  Txahal albondigak barazki saltsan   Sasoiko fruta	
31									
756kcal.-28prot/28koip./93Kh									
Makarroiak perretxikoekin  Legatza saltsan  Sasoiko fruta									



Martxoa



3 urte - LH1

ASTELEHENA	MARTITZENA	EGUAZTENA	EGUENA	BARIKUA
3	4	5	6	7
INAUTERIAK	INAUTERIAK	Barazki purea Legatza frijituta Sasoiko fruta	Eltzeko garbantzuak San Jakoboak uhazarekin Etxeko natilak	Hiru koloretako pasta Txahal albondigak saltsan Sasoiko fruta
10 648kcal.-38prot/12koip.54Kh Dilistak barazkiekin Txerri haragia entsaladarekin Sasoiko fruta	11 891kcal.-57prot/28koip.92Kh Arroza barazkiekin Arraina urdina Jogurta	12 706kcal.35prot/24koip./60Kh Barazkiak osoan Oilasko errea entsaladarekin Sasoiko fruta	13 734kcal.-30prot/32koip.89Kh Indaba zuriak Arrautza frijitua patatekin Sasoiko fruta	14 604kcal.-28prot/19koip.73Kh Pasta entsalada Etxeko haragi sukalkia Sasoiko fruta
17 756kcal.-28prot/28koip./93Kh Arroza tomatearekin Legatza labean erregosiarekin Sasoiko fruta	18 577kcal.-29prot/8koip./51Kh Indaba gorriak barazkiekin Indioilarra barazkiekin Jogurta	19 793kcal.-20prot/16koip./86Kh Patatak errioxar erara Arrautza egosia tomatea edo bexamelarekin Sasoiko fruta	20 631kcal.-39prot/13koip./74Kh Dilista gixatuak Oilasko errea entsaladarekin Sasoiko fruta	21 873kcal.-40prot/26koip./94Kh Barazkiak osoan Haragi lasaña Sasoiko fruta
24 801kcal.-30prot/17koip./112Kh Dilistak txorixoarekin Patata tortila entsaladarekin Sasoiko fruta	25 817kcal.-44prot/42koip./67Kh Barazkiak osoan Oilasko bularra entsaladarekin Sasoiko fruta	26 891kcal.-57prot/28koip./92Kh Haragi paella Legatza saltsa berdean Sasoiko fruta	27 811kcal.-47prot/33koip./76Kh Indaba zuriak barazkiekin Txerri xerra entsaladarekin Jogurta	28 796kcal.-32prot/30koip./97Kh Espagettiak boloñesa erara Txahal albondigak barazki saltsan Sasoiko fruta
31 756kcal.-28prot/28koip./93Kh Makarroiak perretxikoekin Legatza labean erregosiarekin Sasoiko fruta				



Martxoa



LH2 - Batxi2

ASTELEHENA	MARTITZENA	EGUAZTENA	EGUENA	BARIKUA
3	4	5	6	7
INAUTERIAK	INAUTERIAK	Barazki purea Legatza frijituta Sasoiko fruta	Eltzeko garbantzuak / Aza San Jakoboak uhazarekin Etxeko natilak	Hiru koloretako pasta / Ilarrak Txahal albondigak saltsan Sasoiko fruta
10 648kcal.-38prot/12koip.54Kh Dilistak barazkiekin / Lekak Txerri haragia entsaladarekin Sasoiko fruta	11 891kcal.-57prot/28koip.92Kh Arroza barazkiekin / Zerbak Arraina urdina Jogurta	12 706kcal.35prot/24koip./60Kh Barazkiak osoan / Azalorea Oilasko errea entsaladarekin Sasoiko fruta	13 734kcal.-30prot/32koip.89Kh Indaba zuriak / Purea Arrautza frijitua patatekin Sasoiko fruta	14 604kcal.-28prot/19koip.73Kh Pasta entsalada / Ilarrak Etxeko haragi sukalkia Sasoiko fruta
17 756kcal.-28prot/28koip./93Kh Arroza tomatearekin / Zerbak Legatza labean erregosiarekin Sasoiko fruta	18 577kcal.-29prot/8koip./51Kh Indaba gorriak barazkiekin / Lekak Indioilarra barazkiekin Jogurta	19 793kcal.-20prot/16koip./86Kh Patatak errioxar erara / Ilarrak Arrautza egosia tomatea edo bexamelarekin Sasoiko fruta	20 631kcal.-39prot/13koip./74Kh Dilista gixatuak / Espinakak Oilasko errea entsaladarekin Sasoiko fruta	21 873kcal.-40prot/26koip./94Kh Barazkiak osoan Haragi lasaña Sasoiko fruta
24 801kcal.-30prot/17koip./112Kh Dilistak txorixoarekin / Azalorea Patata tortila entsaladarekin Sasoiko fruta	25 817kcal.-44prot/42koip./67Kh Barazkiak osoan Oilasko bularra entsaladarekin Sasoiko fruta	26 891kcal.-57prot/28koip./92Kh Haragi paella / Purea Legatza saltsa berdean Sasoiko fruta	27 811kcal.-47prot/33koip./76Kh Indaba zuriak barazkiekin / Zerbak Txerri xerra entsaladarekin Jogurta	28 796kcal.-32prot/30koip./97Kh Espagettiak boloñesa erara Txahal albondigak barazki saltsan Sasoiko fruta
31 756kcal.-28prot/28koip./93Kh Makarroiak perretxikoekin / Azalorea Legatza labean erregosiarekin Sasoiko fruta				