



URTARRILEKO IKASTOLA MENUA

Laktosa

Glutena

Arraia

Arrautza

* Afari ideiak / Alergemikoak:

				1 ORTZEGUNA	2 ORTZIRALA
				URTEBERRI EGUNA	OPORRAK
5 ASTELEHENA	6 ASTEARTEA	7 ASTEAZKENA		8 ORTZEGUNA	9 ORTZIRALA
OPORRAK	OPORRAK	OPORRAK		Barazki purea Arroza kubatar eran Fruta	Txitxirioak barazkiekin Arraia saltsa berdean Jogurta
				Zopa Xolomoa plantxan	Porrapatata Atuna tortillan
12 ASTELEHENA	13 ASTEARTEA	14 ASTEAZKENA		15 ORTZEGUNA	16 ORTZIRALA
Garaiko barazkia Indioilar gisatua Jogurta	Dilistak barazkiekin Arrai arrauztatua letxugarekin Fruta	Barazki purea Oilasko errea patatekin Esnkia		Makarroiak tomatearekin Arraia saltsa berdean ilarbilekin Fruta	Ilar gorriak barazkiekin Xolomoa plantxan piperrekin Jogurta
Zopa Urdaiazpiko tortila	Alkatxofak urdaiazpikoarekin Indioilar bularkia plantxan	Brokoli baporean Arraia plantxan		Barazki purea Oilasko izterra labeen erreta	Patata tortila barazki salteatuekin
19 ASTELEHENA	20 ASTEARTEA	21 ASTEAZKENA		22 ORTZEGUNA	23 ORTZIRALA
Barazki menestra Hanburgesa tomatearekin Fruta	Barazki purea Arroza barazki eta txistorrarekin Jogurta	Txitxirioak barazkiekin Arraia labeen patatekin Fruta		Garaiko barazkia Oilasko gisatua Jogurta	Espagetiak txanpiekin Arrai arrauztatua letxugarekin Fruta
Barazki purea Arraia	Azalorea egosita Txanpiñoi tortila	Xolomoa plantxan piperrekin		Zopa Izokia plantxan	Indioilar txuletak plantxan piperradarekin
26 ASTELEHENA	27 ASTEARTEA	28 ASTEAZKENA		29 ORTZEGUNA	30 ORTZIRALA
Porrapatata Oilaskoa saltsan Esnkia	Ilar xuriak barazkiekin Arraia saltsa berdean Fruta	Barazki purea Eskalopea letxugarekin Jogurta		Dilista purea Indioilar petxugak piperrekin Fruta	Espagetiak txanpiekin Arraia labeen kalabazinarekin Jogurta
Barazki purea Tortila frantsesa	Esparrago berde salteatuak Oilasko petxugak plantxan	Zopa juliana Arraia plantxan		Patata tortila letxugarekin	Bruselako aza tikiak Hanburgesa tomatearekin