



| ASTELEHENA/LUNES                                                                                                    | MARTITZENA/MARTES                                                                                                                                      | EGUAZTENA/MIERCOLES                                                                                        | EGUENA/JUEVES                                                                                                                                     | EGUBAKOITZA/VIERNES                                                                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2                                                                                                                   | 3                                                                                                                                                      | 4                                                                                                          | 5                                                                                                                                                 | 6                                                                                                                                            |
| Leka patatak/ Vainas con patatas<br>Oilasko bularkia txanpiekin/ Pechuga de pollo con champis<br>Brinoia/ Nectarina | Patatak errioxar erara / Patatas a la riojana<br>Halibuta birrindutako ogian piper gorriekin/ Halibut empanado con pimientos rojos<br>Angurria/ Sandía | Barazki krema/ Crema de verduras<br>Dilistak txorixoarekin/ Lentejas con chorizo<br>Jogurta/ Yogur         | Osoko arroza tomatearekin/ Arroz integral con tomate<br>Perka saltsan/ Perca en salsa<br>Okarana/ Ciruela                                         | Hegazti zopa izarrekin / Sopa de ave con fideos<br>Albondigak saltsan/ Albóndigas en salsa<br>Madaria / Pera                                 |
| 9                                                                                                                   | 10                                                                                                                                                     | 11                                                                                                         | 12                                                                                                                                                | 13                                                                                                                                           |
| Espinakak/ Espinacas<br>Solomoa patata purearekin/ Lomo con puré de patatas<br>Meloia/ Melón(*)                     | Espagetiak/ Espaguetis<br>Bakailaoa saltsan/ Bacalao en salsa<br>Jogurta/ Yogur                                                                        | Arrain zopa/ Sopa de pescado<br>Oilasko izterrak saltsan/ Muslos de pollo en salsa<br>Sagarra/ Manzana     | Entsalada nahasia/ Ensalada mixta<br>Baba zuriak txorixoarekin/ Alubias blancas con chorizo<br>Jogurta/ Yogur                                     | Porru patatak/ Puerros con patatas<br>Legatza erromatar erara letxugarekin/ Merluza a la romana con lechuga<br>Albortxikoak/ Albaricoques(*) |
| 16                                                                                                                  | 17                                                                                                                                                     | 18                                                                                                         | 19                                                                                                                                                | 20                                                                                                                                           |
| Barazki krema/ Crema de verduras<br>Makarroiak bolognesa erara/ Macarrones a la bolognesa<br>Anana/ Piña            | Fideo zopa garbantzoekin/ Sopa de fideos con garbanzos<br>Okela saltsan/ Carne en salsa<br>Madaria/ Pera                                               | Barazki paella/ Paella de verduras<br>Izokin freskoa tomatetan/ Salmón fresco con tomate<br>Jogurta/ Yogur | Idar patatak/ Guisantes con patatas<br>Saltxitxak espinaka purearekin/ Salchichas con puré de espinacas<br>Okarana/ Ciruela                       | Zerba patatak/ Acelgas con patatas<br>Limanda birrindutako ogian patata frijituekin/ Limanda empanada con patatas fritas<br>Meloia/ Melón(*) |
| 23                                                                                                                  | 24                                                                                                                                                     | 25                                                                                                         | 26                                                                                                                                                | 27                                                                                                                                           |
| Azalorea/ Coliflor<br>Arrautza egosiak tomatearekin/ Huevos cocidos con tomate<br>Platanoa/ Plátano                 | Osoko makarroiak/ Macarrones integrales<br>Legatza saltsan/ Merluza en salsa<br>Jogurta/ Yogur                                                         | Hegazti zopa fideoekin/ Sopa de ave con fideos<br>Indioilarra saltsan/ Pavo en salsa<br>Angurria/ Sandía   | Porru patatak/ Puerros con patatas<br>Halibuta birrindutako ogian barazki salteatuekin/ Halibut empanado con verduras salteadas<br>Jogurta/ Yogur | Entsalada nahasia/ Ensalada mixta<br>Baba gorriak txorixoarekin/ Alubias rojas con chorizo<br>Madaria/ Pera                                  |
| 30                                                                                                                  |                                                                                                                                                        |                                                                                                            |                                                                                                                                                   |                                                                                                                                              |
| Leka patatak/ Vainas con patatas<br>Solomoa perretxokiekin/ Lomo con setas<br>Brinoia/ Nectarina                    |                                                                                                                                                        |                                                                                                            |                                                                                                                                                   |                                                                                                                                              |

Egunero ogia eskainiko da eta astean behin osokoa izango da/ Todos los días se les ofrecerá pan y un día a la semana será integral.

(\*)Egun hauetan urtebeteko haurrei beste fruta bat eskainiko zaie/ Estos días a I@snñ@s de un año se les ofrecerá otra fruta



MOLUSKUAK  
MOLUSCOS



ESNEKIAK  
LACTEOS



GLUTENA  
GLUTEN



APIOA  
APIO



KRUSTAZEOK  
CRUSTACEOS



MOSTAZA  
MOSTAZA



ARRAINA  
PESCADO



SESAMOA  
SESAMO



SULFITOAK  
SULFITOS



ESKUZURIA  
ALTRAMUZ



OSKOLDUN  
FRIUTUAK  
FRUTOS SECOS



ARRAUTZAK  
HUEVO



SOIA  
SOJA



KAKAHUETEA  
CACAHUETES



| MERIENDAK       | ASTELEHENA/ LUNES                                          | MARTITZENA/ MARTES                        | EGUAZTENA/MIERCOLES                                      | EGUENA/JUEVES                                 | EGUBAKOITZA/VIERNES                                         |
|-----------------|------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|
| 1 URTE<br>1 AÑO | JOGURTA /FRUTA/<br>ZEREALAK<br>YOGURT/ FRUTA /<br>CEREALES | OGITARTEKOA/<br>FRUTA<br>BOCADILLO/ FRUTA | JOGURTA/FRUTA/<br>GALLETAK<br>YOGURT/ FRUTA/<br>GALLETAS | OGITARTEKOA/<br>FRUTA<br>BOCADILLO /<br>FRUTA | JOGURTA /FRUTA/<br>ZEREALAK<br>YOGURT / FRUTA /<br>CEREALES |

**OGITARTEKOA:** URDAIAZPIKO EGOSIA/ GAZTA/ URDAIAZPIKOA/ INDIOILAR EGOSIA  
BOCADILLO: JAMON YORK / QUESO/ JAMON SERRANO/ PAVO

**OHARRA:** MERIENDA JANTOKIAN BAZKALTZEN DUTEN 0 ETA 1 URTEKO GELETAKO IKASLEENTZAT IZANGO DA SOILIK, **ZAINTZAKO IKASLEEK EZ DUTE MERIENDARIK IZANGO.**

**AVISO:** LA MERIENDA SOLO ES PARA L@S ALUMN@S DE LAS AULAS DE 0 Y 1 AÑOS QUE COMEN EN EL COMEDOR, **EL ALUMNADO DE ZAINTZA NO TENDRA MERIENDA.**



MOLUSKUAK  
MOLUSCOS



ESNEKIAK  
LACTEOS



GLUTENA  
GLUTEN



APIOA  
APIO



KRUSTAZEOK  
CRUSTACEOS



MOSTAZA  
MOSTAZA



ARRAINA  
PESCADO



SESAMOA  
SESAMO



SULFITOAK  
SULFITOS



ESKUZURIA  
ALTRAMUZ



OSKOLDUN  
FRIUTUAK



ARRAUTZAK  
HUEVO



SOIA  
SOJA



KAKAHUETEA  
CACAHUETES

FRUTOS SECOS