

UDARREGI IKASTOLA

HAUR ESKOLAKO URTEKO MENUA



Astelehena – lunes

Asteartea – martes

Asteazkena- miércoles

Osteguna – jueves

Ostirala - viernes



LEHEN ASTEA / PRIMERA SEMANA

BAZKARIA- COMIDA

-Barazki, kinoa eta oilasko purea
-Hamburgesa
-Jogurta

-Barazki eta arraidun purea edo makarroiak
-Legatza labean barazki saltsarekin
-Sagar konpota

-Barazki, artatxiki eta dilistadun purea edo dilistak
-Artatxiki pastela
-Jogurta

-Barazki eta arraidun purea
-Legatza labean barazki saltsarekin
-Etxeko natillak

-Barazki, arroza eta oilaskodun purea edo arroza
-Oilasko bularkia
-Jelatina

-Puré de verduras, quinoa y pollo
-Hamburguesa
-Yogur

-Puré de verduras con pescado o macarrones
-Merluza al horno con salsa de verduras
-Compota de manzana

-Puré de verduras, mijo y lentejas o lentejas
-Pastel de mijo
-Yogur

-Puré de verduras con pescado
-Merluza al horno con salsa de verduras
-Natillas caseras

-Puré de verduras con arroz y pollo o arroz.
-Pechuga de pollo
-Gelatina

ASKARIA – MERIENDA

-Fruta osoan edo purean
-Tahin krema

-Fruta osoan edo purean
-Indioilarra

-Fruta osoan edo purean
-Indioilarra

-Fruta osoan edo purean
-Gazta

-Fruta osoan edo purean
-Kakao krema

-Fruta en entero o en puré
-Crema de Tahín

-Fruta en entero o en puré
-Pavo

-Fruta en entero o en puré
-Pavo

-Fruta en entero o en puré
-Queso

-Fruta en entero o en puré
-Crema de cacao



BIGARREN ASTEA / SEGUNDA SEMANA

BAZKARIA- COMIDA

-Barazki, kinoa eta oilasko purea
-Oilasko izter errea
-Jogurta

-Barazki eta arraidun purea edo makarroiak
-Legatza labean barazki saltsarekin
-Sagar konpota

-Barazki, artatxiki eta lekale purea edo txitxirio/babarrun txuri edo beltzak osoan
-Artatxiki pastela
-Jogurta

-Barazki eta arraidun purea
-Tortila
-Etxeko natillak

-Barazki, arroza eta oilaskodun purea edo arroza
-Etxeko krocketak
-Jelatina

-Puré de verduras, quinoa y pollo
-Muslo de pollo asado
-Yogur

-Puré de verduras con pescado o macarrones
-Merluza al horno con salsa de verdura
-Compota de manzana

-Puré de verduras, mijo y legumbre o garbanzos/ alubia blanca o negra
-Pastel de mijo
-Yogur

-Puré de verduras con pescado
-Tortilla
-Natillas caseras

-Puré de verduras con arroz y pollo o arroz.
-Croques caseras
-Gelatina

ASKARIA – MERIENDA

-Fruta osoan edo purean
-Tahin krema

-Fruta osoan edo purean
-Indioilarra

-Fruta osoan edo purean
-Indioilarra

-Fruta osoan edo purean
-Gazta

-Fruta osoan edo purean
-Kakao krema

-Fruta en entero o en puré
-Crema de Tahín

-Fruta en entero o en puré
-Pavo

-Fruta en entero o en puré
-Pavo

-Fruta en entero o en puré
-Queso

-Fruta en entero o en puré
-Crema de cacao

