

ABENDUKO MENUA

UZTURPE IKASTOLA TEL :
943 67 12 99 / 659 647 704 /
ibarra@ikastola.eus



Egunak	astelehena	asteartea	azteazkena	osteguna	ostirala
04-08	Arroza etxeko tomatearekin Txerri xolomoa frijitua entsaladarekin Jogurta	Dilistak barazkiekin Patata eta arrautz opila Sagarra	JAI	JAI	JAI
11-15	Kalabaza, porru eta azenario purea ogitxoekin Saltxitxa freskoak patata purearekin Platanoa	Babarrun pinkarta barazki paeila Laranja	Pasta entsalada Oilasko bularkia entsaladarekin Sagarra	Baratzuri zopa Haragi gixatua ilar eta azenarioekin Jogurta	Patatak errioxar erara Hegaluzea labean erretea tomate saltsarekin Madaria
18-22	Dilistak barazkiekin Oilasko izter erreak letxugarekin Platanoa	Kalabaza eta leka krema Legatza saltsa berdean baratxuri olio erreaz marrubizko jogurta	Arroza etxeko tomatearekin Txerri xolomoa plantxan patata frijituekin Madaria	Porru-patata Txekor xerrak letxugarekin Jogurt naturala	Txitxirioak barazkiekin Makarroiak baratxuri erreaz Sagarra

Lizartzako okindegiko ogi integrala

Berastegiko txekor haragia

Elduaingo Enekoren barazkiak

Leaburuko Mahala esnekiak

Barazkiak, fruituak, arroza, pasta, lekariak... ekologikoak.
Ahal den guztia bertakoa edo ingurukoa.

Olioak, tomate birrindua, arroza... Errigora proiektukoa

Norberaren beharrak (gaixotasunak, alergiak, intolerantziak...) bermatzen dira.

MENU DICIEMBRE

Uzturpe Ikastola TEL :
943 67 12 99 / 659 647 704 /
ibarra@ikastola.eus



Egunak	astelehena	asteartea	azteazkena	osteguna	ostirala
04-08	Arroza con tomate casero Lomo de cerdo con ensalada yogur	Lentejas Tortilla de patatas Manzana	JAI	JAI	JAI
11-15	Pure de verduras Salchichas frescas con pure de patatas Platano	Alubia Pinta Paella de verduras Naranja	Ensalada de pasta Pechuga de pollo con lechuga yogur	Sopa de ajos Carne guisada con verduras yogur	Patatas ala riojana Atun con tomate casero Mandarian
18-22	Lentejas con verduras Pollo asado con ensalada Platano	Crema de calabaza Merluza en salsa verde yogur	Arroz con tomate casero Lomo de cerdo con pimientos Mandarina	Puerros con patatats Filete de ternera con lechuga Yogur	Garbanzos Pasta con refrito Manzana

Carnes de ternera de Berastegi



Pan integral del obrador de Lizarsa



Verduras, frutas, arroz, patatas, legumbres... ecológicas
En la medida de lo posible productos autóctonos y del entorno

Aceite, tomate triturado, arroz... del proyecto Errigora



Verduras de Eneko de Elduain



Lacteos de Mahala de Leabena



Garantizamos las necesidades de cada alumno
(enfermedades, alergias, intolerancias...)

