

URRIKO MENUA

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



	Astelehena	asteartea	asteazkena	osteguna	ostirala
30-4	Txekor eta fideo zopa arrautzarekin Txekor haragi gixatua barazkiekin Sagarra	Kalabazin porru azenario eta patata purea Legatza frijitua maionesa saltsaz Jogurta	Txitxirioak Barazkiekin Paella Mandarina	Makarroiak tomatearekin Oilasko bularra plantxan letxugarekin Platanoa	Porru-patatak Etxeko lasaña haragi xehetuaz Txokolatzeko irabiatua
7-11	Dilistak barazkiekin Indioilar bularra curry saltsan Limoizko jogurta	Espagetiak etxeko tomatearekin Txerri xolomoa letxugarekin Sagarra	Ilarrak patatekin Txekor xerra ogiztatua entsaladarekin Flana	Arroza hiru gutzietara Bakailaoa tomate saltsan Platanoa	Garaiko barazki krema ogi xigortuekin Oilasko izter errea letxugarekin Jogurt naturala
14-18	Barazki purea Patata eta arrutz opila piperrekin Jogurta	Makarroiak Karbonara erara Legatza saltsa berdean Fruta	Hegaluze marmitakoa Xerrak pikilo piperrekin Platanoa	Babarrun txuria Arroza barazkiekin Jogurta	Barazki menestra Oilasko bularra letxugarekin Txokolatzeko irabiatua
21-25	Dilistak Txerri xolomoa baratzuri erara Jogurta	Ilarrak patatekin Hegalaburra plantxan etxeko tomatearekin Laranja	Arroza barazkiekin Oilasko errea entsaladarekin Sagarra	Arrain zopa Haragi xehetua patata pureaz Jogurta	Txitxirioak Makarroiak tomatearekin Fruta
28-31	Pasta entsalada Txekor hanburesak piperrekin Jogurta	Babarrun pintoa Arroza barazkiekin Sagarra	Txekor eta fideo zopa arrautzarekin Txekor haragi gixatua barazkiekin Sagarra	Txitxirioak barazkiekin Paella Mandarina	

Elduaingo Enekoren barazkiak



Leaburuko Mahala esnekiak



Berastegiko txekor haragia



Lizartzako okindegiko ogi integrala



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



Olioa, tomate birrindua, arroza... Errigora proiektukoa



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



MENU OCTUBRE

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



Días	lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
30-4	Sopa de carne y fideos con huevo Carne de ternera guisada con guisantes y zanahorias Manzana	Crema de calabacín y puerros Merluza frita con mahonesa Pera	Garbanzos Paella de verduras Mandarina	Macarrones con tomate Pechuga de pollo con ensalada Platano	Puerros con patata Lasaña casera Batido de chocolate
7-11	Lentejas con verduras Muslo de pavo en salsa curry Yogur	Espaguetis con tomate casero Lomo de cerdo con lechuga Fruta	Guisantes con patatas Filete empanado Fruta	Arros tres delicias Bacalao con tomate Platano	Pure de verduras con costrones Pollo asado con ensalada Yogur
14-18	Pure de verduras Tortilla de patatas casera Yogur de platano	Espaguetis con tomate casero Merluza en salsa verde Plátano	Marmitaco de atún Filete de ternera con pimientos del piquillo Manzana	Alubia blanca Arroz con verduras Yogur natural	Menestra de verduras Pechuga de pollo con lechuga Batido de chocolate
21-25	Lentejas con verduras Lomo de cerdo a la plancha Yogur	Guisantes con patatas Atun en salsa de tomate Fruta	Arroz tres delicias Pollo asado con ensalada Platano	Sopa de pescado Puré de patatas con picadillo Yogur natural	Garbanzos con verduras Macarrones con tomate Sandia
28-31	Ensalada de pasta Hamburguesas de ternera con tomate Manzana	Alubia pinta Arroz con verduras Platano	Sopa de fideos Carne de ternera guisada Yogur	Garbanzos Paella Mandarina	

Carne de ternera de Berastegi



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

Pan integral del obrador de Lizarza



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



Verduras de Eneko de Elduain



Lacteos de Mahala de Leaburu



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

