

JANGELAKO MENUA

URRIA/OCTUBRE

ASTELEHENA	ASTEARTEA	ASTEAZKENA	OSTEGUNA	OSTIRALA
				1 Dilistak arroz integralarekin Legatza saltsa berdean ilarrekin Fruta Lentejas con arroz integral Merluza en salsa verde con guisantes Fruta
4 Lekak patatekin Indioilarra jardinerera-erara Fruta Vainas con patatas Pavo a la jardinera Fruta	5 Babarrun txuriak Izokina etxeko tomate eta piperrekin Fruta Alubias blancas Salmón con tomate case- ro y pimientos Fruta	6 Entsalada-mistoa Solomoa plantxan ba- rrengorriekin Ensalada mixta Lomo a la plancha con champiñones Fruta	7 Barazki paella Eguneko legatza arrautzetatua limoiarekin Fruta Paella de verduras Merluza rebozada del día con limón Fruta	8 Txitxirio ekologikoak Patata-tortila letxugarekin Jogurta Garbanzos ecológicos Tortilla de patata con le- chuga Yogurt
11 Pasta ekologikoa tomate saltsan Palometa marinela-erara Fruta Pasta ecológica con salsa de tomate Palometa a la marinera Fruta	12 JAI- EGUNA FESTIVO	13 Kalabaza-purea Atun-tortila letxugarekin Fruta Puré de calabaza Tortilla de atún con le- chuga Fruta	14 Babarrun gorriak Txerri masailak saltsan barrengorriekin Jogurta Alubias rojas Carrilleras de cerdo en salsa con champiñones Yogurt	15 Azalorea patata eta olio errearekin Oilasko-izterrak labean tomate entsaladarekin Fruta Coliflor con patatas y refri- to Fruta
18 Patatak errioxar-erara Legatza labean olio erreare- kin Fruta Patatas a la riojana Merluza al horno con refrito Fruta	19 Arroza tomatearekin Barrengorri-tortila Fruta Arroz con tomate Tortilla de champiñones Fruta	20 Brokolia patatekin Oilasko-bularkia plantxan piperrekin Fruta Brócoli con patatas Pechuga de pollo a la plancha con pimientos Fruta	21 Dilista ekologiakoak Bakailaoa saltsa berdean Jogurta Lentejas ecológicas Bacalao en salsa verde Fruta	22 Barazki-purea Urdaiazpiko eta gazta biri- bilkiak labean tomate entsaladarekin Fruta Puré de verduras Rollitos caseros de jamón y queso con ensalada de tomate. Fruta
25 Ilarrak arrautza egosiarekin Txekor-xerra plantxan kuskusarekin Fruta Guisantes con huevo cocido Filete de ternera a la plan- cha con cuscús Fruta	26 Lekak patatekin Legatza arrautzetatua limoiarekin Fruta Vainas con patatas Merluza rebozada con limón Fruta	27 Errusiar-entsalada Oilasko-hegalak labean letxugarekin Fruta Ensaladilla rusa Alitas de pollo al horno con lechuga Fruta	28 Azenario-purea Etxeko haragi-lasagna Fruta Puré de zanahoria Lasaña casera de carne Fruta	29 Babarrun txuriak Txitxarroa labean patata eta olio errearekin Jogurta Alubias blancas Chicharro al horno con patata y refrito.. Yogurt