

JANGELAKO MENUA

MARTXOA / MARZO

ASTELEHENA	ASTEARTEA	ASTEAZKENA	OSTEGUNA	OSTIRALA
		1	2	3
		Azalorea olio erretan Urdaiazpiko-tortilla letxugarekin Fruta	Babarrun zuriak Bakailaoa saltsa berdean ilarrekin Fruta	Kalabazin-purea Txahal gisatua barrengorriekin Jogurta
		Coliflor con refrito Tortilla de jamón con lechuga Fruta	Alubias blancas Bacalao en salsa verde con guisantes Fruta	Puré de calabacín Guisado de ternera con champiñones Yogur
6	7	8	9	10
Dilistak Palometa marinela erara ilarrekin Fruta	Brokolia olio erretan Txerri-masailak barrengorriekin Fruta	Babarrun gorriak Kalabazin- eta urdaiazpiko-tortilla Fruta	Patatak errioxar erara Eguneko legatza arrau- tzaztatua letxugarekin Fruta	Arroz ekologikoa tomate-saltsan oilasko- saltxitxekin Jogurta
Lentejas Palometa a la marinera con guisantes Fruta	Brócoli con refrito Carrilleras de cerdo con champiñones Fruta	Alubias rojas Tortilla de jamón y calabacín Fruta	Patatas a la riojana Merluza del día con lechuga Fruta	Arroz ecológico con salsa de tomate y salchichas de pollo Yogur
13	14	15	16	17
Barazki-menestra Oilasko-izterrak tomate- entsaladarekin Fruta	Txitxirioak Bakailaoa piperrekin Fruta	Izar-zopa Atun-tortilla Fruta	Babarrun zuriak Melba saltsa berdean panadera patatekin Fruta	Kalabaza-purea Solomoa letxugarekin Jogurta
Menestra de verduras Muslos de pollo con ensalada de tomate Fruta	Garbanzos Bacalao con pimientos Fruta	Sopa de estrellas Tortilla de atún Fruta	Alubias blancas Melva en salsa verde con patatas panadera Fruta	Puré de calabaza Lomo con lechuga Yogur
20	21	22	23	24
Lekak olio erretan Oilasko-bularkiak kuskusarekin Fruta	Dilistak Rosada etxeko tomatearekin Fruta	Porru-krema Haragi-paella Fruta	Babarrun gorriak Patata-tortilla letxugarekin Fruta	Errusiar entsalada Legatza tomate- entsaladarekin Jogurta
Vainas con refrito Pechuga de pollo con cuscús Fruta	Lentejas Rosada con tomate casero Fruta	Crema de puerros Paella de carne Fruta	Alubias rojas Tortilla de patata con lechuga Fruta	Ensaladilla rusa Merluza con ensalada de tomate Yogur
27	28	29	30	31
Dilistak Bakailaoa saltsa berdean ilarrekin Fruta	Ilarrak Oilasko-hegalak tomate-entsaladarekin Fruta	Makarroi ekologikoak Eguneko legatza arrau- tzaztatua letxugarekin Fruta	Babarrun zuriak Atun-tortilla Fruta	Azenario-purea Etxeko urdaiazpiko- pizza Jogurta
Lentejas Bacalao en salsa verde con guisantes Fruta	Guisantes Alitas de pollo con ensalada de tomate Fruta	Macarrones ecológicos Merluza del día con lechuga Fruta	Alubias blancas Tortilla de atún Fruta	Puré de zanahoria Pizza casera de jamón Yogur