

JANGELAKO MENUA

IRAILA

ASTELEHENA	ASTEARTEA	ASTEAZKENA	OSTEGUNA	OSTIRALA
		9	10	11
		Dilistak barazkiekin Zapoa azenario saltsan piperrekin Fruta	Brokolia olio erretan Urdaiazpiko-tortila tomate entsaladarekin Fruta	Azenario-purea Solomoa piper saltsan letxugarekin Jogurta
14	15	16	17	18
Pasta integrala urdaiazpikoarekin Bakailua saltsa berdean ilarrekin Fruta	Azalorea olio erretan barazkiekin Babarrun txuriak barazkiekin Fruta	Arroz integrala tomatearekin Oilasko-izterrak letxugarekin Fruta	Txitxirioak barazkiekin Atun-tortila tomate entsaladarekin Fruta	Errusiar-entsalada Eguneko legatza letxugarekin Jogurta
21	22	23	24	25
Arroza barazkiekin Legatza plantxan azenario entsaldarekin	Babarrun gorriak barazkiekin Patata-tortila letxugarekin Fruta	Lekak olio erretan Dilistak barazkiekin Fruta	Pasta integral entsalada Izokina etxeko tomate eta piperrekin Fruta	Barazki-purea Etxeko haragi-bolak letxugarekin Jogurta
28	29	30		
Dilistak barazkiekin Urdaiazpiko-tortila tomate entsaladarekin Fruta	Pasta integrala tomatearekin Izokina plantxan letxugarekin Fruta	Barazki-menestra Babarrun txuriak barazkiekin Fruta		