**2023-2024**

**IKASTURTEA**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **MENU OROKORRA** | ***ASTELEHENA*** | *ASTEARTEA* | ***ASTEAZKENA*** | ***OSTEGUNA*** | ***OSTIRALA*** |
| **1. ASTEA** | BARAZKIAK  XOLOMOA piperrekin  JOGURTA | ZOPA  ARRAINA ilarrekin  KOLAKAOA GAILETEKIN | ENTSALADA  PAELLA  FRUTA | BABARRUN TXURIAK  ARRAINA MAHONESAREKIN  HELATUA | MAKARROIAK  KROKETAK edo KALAMARRAK  FRUTA |
| **2. ASTEA** | BARAZKIAK  OILASKOA PATATEKIN  FRUTA | LENTEJAK  AJOARRIEROA  HELATUA | KUS-KUS  OILASKO BULARRA  pipar saltsarekin  FRUTA | BABARRUN GORRIAK  ARRAINA SALTSAN  JOGURTA | ENTSALADA MIXTA  MAKARROIAK bexamelarekin  FRUTA |
| **3. ASTEA** | ARROZA kubatar erara  KOLAKAOA GAILETEKIN | BARAZKIAK  ARRAINA letxugarekin  FRUTA | ENTSALADA  MAKARROIAK  HELATUA | KUS-KUS  OILASKO BULARRA  pipar saltsarekin  FRUTA | GARBANTZUAK  ATUN TORTILA  LIMOI MOUSA |
| **4. ASTEA** | BARAZKIAK  INDIOILARRA tomatearekin  FRUTA | ENTSALADA  PAELLA  YOGURTA | ARRAI ZOPA  XOLOMOA  pipar saltsarekin  FRUTA | LENTEJAK  ARRAINA SALTSAN  FRUTA | ENTSALADA  MAKARROIAK  EDATEKO YOGURRA |
| **5. ASTEA** | TAPIOKA ZOPA  XERRA EDO HAMBURGESAK piparrekin, tomatearekin edo saltsan  FRUTA | ARROZA KUBATAR ERARA  FRUTA | LENTEJAK  KROKETAK edo KALAMARRAK  JOGURTA | BARAZKIAK  ARRAINA MAHONESAREKIN  FRUTA | ENTSALADA  BABARRUN GORRIAK txorixoarekin  NATILAK |

**2023-2024 IKASTURTEA / Curso 2023-2024**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **MENU General** | ***ASTELEHENA (Lunes)*** | *ASTEARTEA (Martes)* | ***ASTEAZKENA (Miércoles)*** | ***OSTEGUNA (Jueves)*** | ***OSTIRALA (Viernes)*** |
| **1º SEMANA** | VERDURA  LOMO con pimientos  YOGURT | SOPA  PESCADO CON GUISANTES  COLA-CAO con galletas | ENSALADA  PAELLA  FRUTA | ALUBIAS ROJAS  PESCADO  con mahonesa  HELADO | MACARRONES  CROQUETAS O CALAMARES  FRUTA |
| **2º SEMANA** | VERDURA  POLLO CON PATATAS  FRUTA | LENTEJAS  AJOARRIERO  HELADO | KUS-KUS  PECHUGA de POLLO  con salsa de pimientos  FRUTA | ALUBIAS ROJAS  PESCADO EN SALSA  YOGUR | ENSALADA MIXTA  MACARRONES  con bexamel  FRUTA |
| **3º SEMANA** | ARROZ a la cubana  COLA-CAO con galletas | VERDURA  PESCADO con lechuga  FRUTA | ENSALADA  MAKARRONES  HELADO | KUS-KUS  PECHUGA de POLLO pimientos  FRUTA | GARBANZOS  TORTILLA DE ATUN  MUS DE LIMON |
| **4º SEMANA** | VERDURAS  PAVO con tomate  FRUTA | ENSALADA  PAELLA  YOGURT | SOPA DE PESCADO  LOMO  con salsa de pimientos  FRUTA | LENTEJAS  PESCADO EN SALSA  FRUTA | ENSALADA  MACARRONES  YOGUR BEBIBLE |
| **5º SEMANA** | SOPA DE TAPIOCA  FILETE o HAMBURGUESA  con pimientos, tomate...  FRUTA | ARROZ A LA CUBANA  FRUTA | LENTEJAS  CROQUETAS o CALAMARES  YOGURT | VERDURAS  PESCADO  con mahonesa  FRUTA | ENSALADA  ALUBIAS ROJAS  con chorizo  NATILLAS |