

Ausolan.

LEZO HERRI
ESKOLA

Oinarrizkoa

Iraila

2026

HAURREN TXANDA

Bazkaria



- Jai eguna
- 100% begetala
- Egun berezia

Bazkariarekin eskeiniko den edari bakarra
ur naturala izango da

Egunero zurekin
menuo.ausolan.com

Astelehena	Asteartea	Asteazkena	Osteguna	Ostirala
	1 Jai eguna	2 Jai eguna	3 Jai eguna	4 Jai eguna
7 Jai eguna	8 Makarroi integralak tomatearekin Herritar tortilla Lau urtaroko entsalada Sasoiko fruta Ogi integrala Kcal. 948 h.c. 114,3 lip. 36,8 p. 35,9	9 Dilistak gaztelako erara Kalabazina purea ekologikoa Sasoiko fruta Ogia Kcal. 618 h.c. 95,3 lip. 13,6 p. 24,5	10 Eltzeko zopa izartzoekin Txahal gixatua Patata karratuak Jogurta Ogi integrala Kcal. 614 h.c. 75,2 lip. 14,7 p. 46,1	11 Barazki paella Abadira erromako erara Tomate freskoa Sasoiko fruta Ogia Kcal. 744 h.c. 91,2 lip. 27,4 p. 33,6
14 Jai eguna	15 Makarroiak kalabazin eta txanpiekin Atuna tomatearekin Bainilazko natilla Ogi integrala Kcal. 743 h.c. 96,8 lip. 22,4 p. 38,7	16 Babarrun pintoa Patata tortila labean Tomate freskoa Sasoiko fruta Ogia Kcal. 840 h.c. 100,3 lip. 31,0 p. 32,1	17 Porrusalda Legatz freskoa labean Lau urtaroko entsalada Sasoiko fruta Ogi integrala Kcal. 471 h.c. 56,3 lip. 18,5 p. 19,7	18 Txitxirioak Arroz integrala tomatearekin Barazkitxoak Sasoiko fruta Ogia Kcal. 881 h.c. 144,5 lip. 18,7 p. 29,0
21 Dilistak Arroza tomatearekin Sasoiko fruta Ogia Kcal. 877 h.c. 147,4 lip. 17,8 p. 28,8	22 Kalabaza ekologikoko purea Arrautza frijituak Lau urtaroko entsalada Sasoiko fruta Ogi integrala Kcal. 489 h.c. 54,1 lip. 23,6 p. 14,5	23 Macarrones integrales con verdura Errusiar txahal xerra saltsan Tomate freskoa Sasoiko fruta Ogia Kcal. 738 h.c. 89,9 lip. 23,9 p. 38,0	24 Babarrun zuriak Legatza labean Lau urtaroko entsalada Sasoiko fruta Ogi integrala Kcal. 592 h.c. 76,2 lip. 14,4 p. 32,0	25 Barazki menestra Txahal gisatua arrozarekin Sasoiko fruta Ogia Kcal. 671 h.c. 78,3 lip. 20,3 p. 41,9
28 Eltzeko zopa izartzoekin Patata tortila labean Tomate freskoa Sasoiko fruta Ogia Kcal. 633 h.c. 76,8 lip. 25,7 p. 22,9	29 Marmitakoa Kroketak Letxuga eta tomate entsalada Jogurt naturala Ogi integrala Kcal. 872 h.c. 99,1 lip. 38,0 p. 30,2	30 Babarrun pintoa Mokadu begetalak tomatearekin Sasoiko fruta Ogia Kcal. 938 h.c. 97,3 lip. 41,9 p. 36,2		