



MARTXOA
2023



itxaropena  ikastola

 ausolan



ASTELEHENA

ASTEARTEA

ASTEAZKENA

OSTEGUNA

OSTIRALA

IKONO
GRAFIA

HEMEN
KLIK-atu



01

PATATAK SALTSA BERDEAN
OILASKO XERRA OGI ARRAILETAN PASATUTA
URAZA
IZOZKIA ONTZIAN
OGIA
Cal. 737 H.C. 83 Lip. 29 P. 41

02

ESPIRALAK TOMATEAREKIN
LEGATZ XERRA LABEAN PANADERA
PATATEKIN
FRUTA
OGIA
Cal. 771 H.C. 113 Lip. 24 P. 32

03

BABARRUN ZURIAK
URDIAZPIKO ETA PATATA TORTILA
TOMATE FRESKOA
FRUTA
OGIA
Cal. 822 H.C. 103 Lip. 31 P. 39



06

km.0

HEGAZTI ETA ELTZEKO ZOPA
IZARREKIN
TXAHAL ZANGARRA PIPERRADAREKIN
JOGURTA
OGIA
Cal. 630 H.C. 71 Lip. 17 P. 51

07



AZALORE PUREA
KROKETAK
TOMATE FRESKOA
FRUTA
OGIA
Cal. 796 H.C. 101 Lip. 38 P. 17

08

ARROZA TOMATEAREKIN
PATATA TORTILA
URAZA
FRUTA
OGIA
Cal. 906 H.C. 138 Lip. 31 P. 27

09

TXITXIRIOAK ESPINAKEKIN
LEGATZ XERRA LABEAN
MAIONESA
FRUTA
OGIA
Cal. 726 H.C. 80 Lip. 32 P. 34

10

PASTA ENTSALADA BEGETARIANO
OILASKO IZTER ERREA
PATATA FRIJITUAK (CHIPS ERAKOAK)
FRUTA
OGIA
Cal. 837 H.C. 108 Lip. 33 P. 34

13

AZENARIO PUREA
ALBONDIGAK SALTSAN
BARAZKITXOAK
FRUTA
OGIA
Cal. 775 H.C. 79 Lip. 38 P. 30

14

MAKARROIAK TOMATEAREKIN
LEGATZ XERRA LABEAN
URAZA
FRUTA
OGIA
Cal. 781 H.C. 103 Lip. 30 P. 31

15

km.0

HEGAZTI ETA ELTZEKO ZOPA IZARREKIN
INDIOILAR GISATUA
LAU URTAROKO ENTSALADA
JOGURTA
OGIA
Cal. 597 H.C. 69 Lip. 17 P. 46

16



ARROZA TOMATEAREKIN
DILISTA EKOLOGIKOAK
FRUTA
OGIA
Cal. 825 H.C. 155 Lip. 13 P. 30

17

BABARRUN NABARRAK
ATUNA TOMATEAREKIN
FRUTA
OGIA
Cal. 797 H.C. 89 Lip. 28 P. 51

20

PATATAK ERRIOXAKO ERARA
BAKAILAOA AJOARRIERO ERARA
FRUTA
OGIA
Cal. 697 H.C. 98 Lip. 19 P. 39

21

BABARRUN ZURIAK
PATATA TORTILA
FRUTA
OGIA
Cal. 765 H.C. 106 Lip. 25 P. 35

22

LEKAK PATATEKIN
OILASKO ESKALOPEA GAZI-GOZO SALTSA ETA
ASIATAR BARAZKITXOEKIN
FRUTA
OGIA
Cal. 704 H.C. 86 Lip. 25 P. 40

23

TXITXIRIOAK
LEGATZ XERRA ERROMATAR ERARA
URAZA
FRUTA
OGIA
Cal. 788 H.C. 88 Lip. 35 P. 37

24

km.0

MAKARROI INTEGRALAK TOMATEAREKIN
HANBURGESAK SALTSAN
BARAZKITXOAK
JOGURTA
OGIA
Cal. 931 H.C. 111 Lip. 38 P. 40

27

DILISTAK
HARAGI KANELOIAK
FRUTA
OGIA
Cal. 891 H.C. 115 Lip. 34 P. 39

28

KIRIBILAK TOMATE ETA GAZTAREKIN
PATATA TORTILA LABEAN
LAU URTAROKO ENTSALADA
FRUTA
OGIA
Cal. 925 H.C. 126 Lip. 37 P. 30

29

km.0

BARAZKI MENESTRA
OILASKOA TXILINDRON ERAN
NATURAL JOGURTA
OGIA
Cal. 543 H.C. 59 Lip. 20 P. 32

30



km.0

KALABAZA ETA GAZTA KREMA
TXERRI SOLOMO FRESKOA OGI ARRAILETAN PASATUTA
TOMATE FRESKOA
FRUTA
OGIA
Cal. 702 H.C. 72 Lip. 33 P. 33

31

ARROZA TOMATEAREKIN
LEGATZ XERRA LABEAN
LIMOIA
FRUTA
OGIA
Cal. 727 H.C. 117 Lip. 20 P. 28



HEMEN
KLIK-atu



HEMEN
KLIK-atu



HEMEN
KLIK-atu



HEMEN
KLIK-atu

