

Martxo 2026

Astlehena	Asteartea	Asteazkena	Osteguna	Ostirala
2 Izokina papillote eran Asiako barazkiekin Jogurta Barazkiak + arrain urdina + esnekia	3 Barazki-purea Indioilar-erregosia Fruta Barazkiak + haragi zuria + fruta	4 Entsalada mistoa Atunez betetako arrautzak tomatearekin Fruta Barazkiak + arrautza + fruta	5 Barazki-salda Ilarrak urdaiazpikoarekin Fruta Barazkiak + lekaleak + fruta	6 Lekak erreffritoarekin Kalabazin-tortilla frantsesa Kefirra Barazkiak + arrautza + esnekia
9 Zopa julianoa Txanpi eta tipula nahaskia Gazta freskoa Barazkiak + arrautza + esnekia	10 Brokolia baratxuriarekin Urraburua plantxan Fruta Barazkiak + arrain zuria + fruta	11 Salteatua oilasko-zerrendak piper berde, gorri, tipula eta kalabazinarekin Fruta Barazkiak + haragi zuria + fruta	12 *Izokin eta gazta rollitoak Fruta *honekin batera doakizue errezeta Barazkiak + arrautza + arraina + fruta	13 Kalabaza krema Antxoak Jogurta Barazkiak + arrain urdina + esnekia
16 Legatza saltsa berdean zainzuriekin eta otarrainxkekin Mamia Barazkiak + arrain zuria + esnekia	17 Barazki-menestra Oilasko-iztertzoak labeen limoiarekin Fruta Barazkiak + haragi zuria + fruta	18 Patata-tortilla piper berdeekin Fruta Barazkiak + arrautza + patata + fruta	19 JAI EGUNA	20 JAI EGUNA
23 Bakailaoa labeen batatozko makilekin Kefirra Barazkiak + arrain zuria + esnekia	24 Azalorea erreffituarekin Arrautzak plantxan Fruta Barazkiak + arrautza + fruta	25 Perretxiko eta kalabazin salteatua Indioilar-bularkia baratxuriarekin Fruta Barazkiak + haragi zuria + fruta	26 Oilasko-zopa Kinoa eta dilista burgerrak Jogurta Barazkiak + landare + esne-proteína	27 Oilasko fajita integralak kalabaza, piper eta tipularekin Fruta Barazkiak + haragi zuria + fruta
30 JAI EGUNA	31 JAI EGUNA			