

Maiatza 2026

NutriSkola

Astehelena	Asteartea	Asteazkena	Osteguna	Ostirala
				1
				JAI EGUNA
4	5	6	7	8
Kalabazin-krema Tortilla frantsesa Jogurta	Legatza labean gari-zainzuriekin Fruta	Entsalada berdea Oilasko-bularkiak Fruta	Brokolia erregosita Izokina labean erreta Fruta	Tomate eta pepino entsalada Txanpi eta tipula nahaskia Kefirra
Barazkiak + arrautza + esnekia	Barazkiak + arrain zuria + fruta	Barazkiak + arrautza + fruta	Barazkiak + arrain urdina + fruta	Barazkiak + haragi zuria + esnekia
11	12	13	14	15
Barazki-zopa Txahal-xerra Jogurta	Oilasko brotxetak barazkiekin Fruta	Azalorea baratxuriarekin Arrautza beteak tomate naturalarekin Gazta freskoa	Kalabazin-purea Oilarrak plantxan Fruta	Barazkien salteatua Antxoa frijituak Fruta
Barazkiak + haragi gorria + esnekia	Barazkiak + haragi zuria + fruta	Barazkiak + arrautza + esnekia	Barazkiak + arrain zuria + fruta	Barazkiak + arrain urdina + fruta
18	19	20	21	22
Bakailaoa labean okin-erara egindako patatekin Fruta	Kalonjeen entsalada Arrautzak plantxan Fruta	Indioilar-bularkiak piperrautsarekin eta kalabaza errearekin Jogurta	Menestra Tortilla frantsesa havarti gaztarekin Fruta	*Arrain-hanburgesa kalabazin-txipekin Mamia *honekin batera doakizue errezeta
Barazkiak + arrain zuria + fruta	Barazkiak + arrautza + fruta	Barazkiak + haragi zuria + esnekia	Barazkiak + arrautza + fruta	Barazkiak + arrain zuria + esnekia
25	26	27	28	29
Porru-krema Enperadorea plantxan Jogurta	Lekak errefritoarekin Indioilar-urdaiazpikoak limoiarekin Fruta	Lupia labean berenjena-xerrekin Fruta	Entsalada berdea Baratxuri eta ganba nahaskia Fruta	Cherry tomateak Txokoa plantxan baratxuri eta perrexilarekin Gazta freskoa
Barazkiak + arrain urdina + esnekia	Barazkiak + haragi zuria + fruta	Barazkiak + arrain zuria + fruta	Barazkiak + arrautza + fruta	Barazkiak + arrain zuria + esnekia

