

Ausolan.

MARIAREN
LAGUNDIA
IKASTOLA

Oinarrizkoa

Iraila
2026

TURNO INFANTIL

Bazkaria



- Jai eguna
- 100% begetala
- Egun berezia

Egunero zurekin
menuo.ausolan.com

Astelehena	Asteartea	Asteazkena	Osteguna	Ostirala
	1	2	3	4
	Jai eguna	Jai eguna	Jai eguna	Jai eguna
7	8	9	10	11
 Makarroi integralak tomatearekin Kroketak Uraza Sasoiko fruta Ogi integrala	Dilistak gaztelako erara Landako tortila Tomate entsalada Sasoiko fruta Ogia	 Arrain zopa Oilasko bularkia barregorri saltsan Jogurta Ogi integrala	 Entsalada patata, atuna eta arrautzarekin Arroz integrala tomatearekin Sasoiko fruta Ogia	Babarrun zuriak Abadira labean Limoia Sasoiko fruta Ogia
Kcal. 913 h.c. 121,6 lip. 36,0 p. 21,8	Kcal. 830 h.c. 94,9 lip. 32,9 p. 34,3	Kcal. 549 h.c. 57,1 lip. 18,8 p. 39,1	Kcal. 724 h.c. 109,4 lip. 21,8 p. 22,4	Kcal. 690 h.c. 77,2 lip. 19,5 p. 44,5
14	15	16	17	18
 Kalabaza eta gazta krema Errusiar txahal xerra saltsan Barazkitxoak Sasoiko fruta Ogi integrala	 Espirales con tomate y queso Legatza labean Uraza Jogurt naturala Ogia	 Barazki paella Patata tortila labean Letxuga eta tomate entsalada Sasoiko fruta Ogi integrala	Eltzeko zopa izartzoekin Palometa piper saltsan Sasoiko fruta Ogia	 Patatak Errioxako erara Txitxirio entsalada Sasoiko fruta Ogia
Kcal. 498 h.c. 51,2 lip. 19,9 p. 29,5	Kcal. 828 h.c. 98,7 lip. 32,1 p. 34,6	Kcal. 775 h.c. 109,1 lip. 28,0 p. 21,0	Kcal. 428 h.c. 55,1 lip. 8,9 p. 32,2	Kcal. 589 h.c. 93,6 lip. 12,8 p. 22,5
21	22	23	24	25
 Kalabazina purea Albondigak saltsan Barazkitxoak Sasoiko fruta Ogi integrala	Babarrun zuriak Solomo ontzutua plantxan Lau urtaroko entsalada Sasoiko fruta Ogia	 Arroz integrala tomatearekin Oilasko eskaloa gazi-gozo saltsa eta asiatar barazkitxoekin Jogurta Ogi integrala	Ilarrak patatekin Arrautza gratinatuak Sasoiko fruta Ogia	 Makarroi integralak tomatearekin Bakailaua kalabaza saltsan Uraza Sasoiko fruta Ogia
Kcal. 591 h.c. 71,4 lip. 24,7 p. 17,5	Kcal. 654 h.c. 77,1 lip. 16,0 p. 42,9	Kcal. 847 h.c. 126,2 lip. 19,4 p. 42,7	Kcal. 621 h.c. 68,4 lip. 26,4 p. 25,8	Kcal. 711 h.c. 95,1 lip. 21,6 p. 31,6
28	29	30		
 Lekak patatekin Oilasko-hegalak bartxuriarekin Lau urtaroko entsalada Sasoiko fruta Ogi integrala	Espagetia tomatearekin Patata tortila Uraza Sasoiko fruta Ogia	 Lekari krema ekologikoa Hiru gutiziko arroza Jogurt naturala Ogi integrala		
Kcal. 644 h.c. 59,6 lip. 29,0 p. 33,7	Kcal. 1022 h.c. 127,8 lip. 42,6 p. 30,2	Kcal. 1117 h.c. 169,1 lip. 25,4 p. 45,4		