Ausolan.

LASKORAIN IKASTOLA

Oinarrizkoa

Azaroa 2026

Haurren txanda
Bazkaria

Laskorain ikastola



Jai eguna
100% begetala
Egun berezia

Egunero zurekin
menuo.ausolan.com

Astelehena	Asteartea	Asteazkena	Osteguna	Ostirala
2 Porrusalda Txahal-bolak barazki saltsan Sasoiko fruta Ogi integrala **Kcal. 520 h.c. 60,6 lip. 23,2 p. 17,3**	**3** Dilistak Legatz xerra erromako erara Limoia Sasoiko fruta Ogia **Kcal. 605 h.c. 76,5 lip. 17,3 p. 33,6**	**4** Barazki paella Patata tortila Uraza Jogurta Ogi integrala **Kcal. 817 h.c. 119,5 lip. 25,6 p. 27,2**	**5** Azenario ekologikoaren purea Makarroi integralak tomatearekin Sasoiko fruta Ogia **Kcal. 724 h.c. 114,7 lip. 18,6 p. 20,0**	**6** Txitxirioak Oilasko xerra plantxan Barrengorriak Sasoiko fruta Ogia **Kcal. 641 h.c. 76,7 lip. 14,8 p. 46,2**
9 Lekak patatekin Atun enpanadillak Tomate freskoa Jogurta Ogi integrala **Kcal. 831 h.c. 107,4 lip. 33,5 p. 20,0**	**10** Kalabaza ekologikoko purea Dilistak arroz integralarekin Sasoiko fruta Ogia **Kcal. 643 h.c. 95,7 lip. 17,6 p. 22,1**	**11** Arroza tomatearekin Urdaiazpiko xerra ogi arraileta pasatuta Piper gorriak Sasoiko fruta Ogia **Kcal. 768 h.c. 120,4 lip. 15,0 p. 38,4**	**12** Patatak Errioxako erara Oilasko izter errea Uraza Sasoiko fruta Ogi integrala **Kcal. 639 h.c. 77,0 lip. 21,3 p. 34,3**	**13** Makarroi integralak tomate eta gaztarekin Legatz freskoa erromatar erara Limoia Sasoiko fruta Ogia **Kcal. 868 h.c. 111,1 lip. 29,3 p. 36,3**
16 Dilistak Patata tortila Uraza Sasoiko fruta Ogi integrala **Kcal. 799 h.c. 94,5 lip. 30,0 p. 34,1**	**17** Barazki purea Oilasko gisatua Sasoiko fruta Ogia **Kcal. 508 h.c. 59,7 lip. 13,5 p. 36,0**	**18** Txitxirioak arroza integralarekin Bakailaoa labean Okin-patata Jogurta Ogia **Kcal. 980 h.c. 122,8 lip. 29,1 p. 52,8**	**19** Makarroiak kalabazin eta txanpiekin Indioilar bularkia plantxan Tomate freskoa Sasoiko fruta Ogi integrala **Kcal. 631 h.c. 83,7 lip. 16,4 p. 36,4**	**20** Arroza tomatearekin Txerri solomoa plantxan Barrengorriak Sasoiko fruta Ogia **Kcal. 695 h.c. 108,2 lip. 13,9 p. 35,1**
23 Kalabaza ekologikoko purea Errusiar txahal xerra saltsan Sasoiko fruta Ogi integrala **Kcal. 567 h.c. 57,6 lip. 23,7 p. 30,6**	**24** Babarrun zuriak Legatza labean Okin-patata Sasoiko fruta Ogia **Kcal. 627 h.c. 83,9 lip. 14,4 p. 32,9**	**25** Arrain zopa Oilasko izter errea Barrengorriak Sasoiko fruta Ogia **Kcal. 434 h.c. 45,0 lip. 17,0 p. 26,2**	**26** Makarroi integralak tomatearekin Etxeko San Jakoboa Uraza Jogurta Ogi integrala **Kcal. 999 h.c. 111,5 lip. 46,1 p. 32,8**	**27** Barazki purea Dilistak arroz integralarekin Sasoiko fruta Ogia **Kcal. 612 h.c. 96,6 lip. 13,7 p. 22,5**
30 Arroza tomatearekin Errusiar xerra plantxan Barrengorriak Sasoiko fruta Ogi integrala **Kcal. 766 h.c. 107,2 lip. 23,9 p. 31,4**				

Escolar-mesa-CC-com