

# Ausolan.

LA SALLE  
ZARAUTZ

Oinarrizkoa

2026

TURNO INFANTIL  
Bazkaria



- Jai eguna
- 100% begetala
- Egun berezia

Egunero zurekin  
[menuo.ausolan.com](http://menuo.ausolan.com)

| Astelehena                                                                                                           | Asteartea                                                                                 | Asteazkena                                                                                             | Osteguna                                                                               | Ostirala                                                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                      |                                                                                           |                                                                                                        | 1<br>Espagetiak tomatearekin<br>Legatza saltsan<br>Sasoiko fruta<br>Ogia               | 2<br>Txibiriak<br>Indioliargisatua<br>Sasoiko fruta<br>Ogia                               |
|                                                                                                                      |                                                                                           |                                                                                                        | Kcal. 676 h.c. 99,5 lip. 18,7 p. 27,1                                                  | Kcal. 686 h.c. 80,1 lip. 14,4 p. 55,4                                                     |
| 5<br>Kalabazina olio errearekin<br>Errusiar txahal xerra<br>Lau urtaroko entsalada<br>Sasoiko fruta<br>Ogi integrala | 6<br>Arroz integrala<br>tomatearekin<br>Bakailaoa piperradarekin<br>Sasoiko fruta<br>Ogia | 7<br>Babarrun zuriak<br>Olatxo izter errea<br>Lau urtaroko entsalada<br>Sasoiko fruta<br>Ogi integrala | 8<br>Dilistak<br>Arrautza egosiak<br>tomatearekin<br>Jogurta<br>Ogia                   | 9<br>Azalore purea<br>Legatz xerra erromako erara<br>Malonesa<br>Sasoiko fruta<br>Ogia    |
| Kcal. 403 h.c. 38,7 lip. 15,9 p. 27,5                                                                                | Kcal. 764 h.c. 101,8 lip. 22,7 p. 38,7                                                    | Kcal. 628 h.c. 76,1 lip. 16,1 p. 37,4                                                                  | Kcal. 633 h.c. 82,6 lip. 18,5 p. 32,4                                                  | Kcal. 513 h.c. 56,8 lip. 22,4 p. 21,3                                                     |
| 12<br>Jai eguna                                                                                                      | 13<br>Dilistak<br>Patata tortila<br>Tomatea<br>Sasoiko fruta<br>Ogia                      | 14<br>Brokoli purea<br>Olatxo gisatua<br>Sasoiko fruta<br>Ogi integrala                                | 15<br>Patatak Errioxako erara<br>Txahal-bolak barazki saltsan<br>Sasoiko fruta<br>Ogia | 16<br>Babarrun pintoa<br>Legatz xerra erromako erara<br>Tomate freskoa<br>Jogurta<br>Ogia |
|                                                                                                                      | Kcal. 846 h.c. 96,4 lip. 35,2 p. 32,1                                                     | Kcal. 570 h.c. 60,6 lip. 17,8 p. 39,4                                                                  | Kcal. 636 h.c. 83,5 lip. 21,1 p. 27,3                                                  | Kcal. 704 h.c. 88,0 lip. 19,0 p. 39,2                                                     |
| 19<br>Entsalada<br>Espagetiak tomatearekin<br>Sasoiko fruta<br>Ogi integrala                                         | 20<br>Lekak patatekin<br>Olatxo xerra<br>Barrengorriak<br>Jogurta<br>Ogia                 | 21<br>Dilistak<br>Bakailaoa aiparrero erara<br>Sasoiko fruta<br>Ogi integrala                          | 22<br>Ilamak patatekin<br>Txahal-bolak barazki saltsan<br>Sasoiko fruta<br>Ogia        | 23<br>Arroz integrala<br>Legatz freskoa erromako erara<br>Sasoiko fruta<br>Ogia           |
| Kcal. 635 h.c. 104,8 lip. 37,2 p. 16,6                                                                               | Kcal. 585 h.c. 67,1 lip. 15,8 p. 41,7                                                     | Kcal. 702 h.c. 84,1 lip. 21,2 p. 40,8                                                                  | Kcal. 560 h.c. 68,6 lip. 23,0 p. 22,6                                                  | Kcal. 832 h.c. 93,9 lip. 35,4 p. 34,7                                                     |
| 26<br>Patatak Errioxako erara<br>Solomo ontzutua<br>Piperrada<br>Sasoiko fruta<br>Ogi integrala                      | 27<br>Pasta entsalada<br>Legatza saltsan<br>Jogurt naturala<br>Ogia                       | 28<br>Pistoa<br>San Jakoboa<br>Urza<br>Sasoiko fruta<br>Ogi integrala                                  | 29<br>Babarrun pintoa<br>Arrautza egosiak<br>tomatearekin<br>Natila<br>Ogia            | 30<br>Azalore purea<br>Olatxo izter errea<br>Urza<br>Sasoiko fruta<br>Ogia                |
| Kcal. 655 h.c. 81,5 lip. 18,2 p. 40,6                                                                                | Kcal. 513 h.c. 56,1 lip. 19,2 p. 27,0                                                     | Kcal. 461 h.c. 48,8 lip. 10,9 p. 42,0                                                                  | Kcal. 575 h.c. 78,5 lip. 14,2 p. 26,8                                                  | Kcal. 491 h.c. 54,0 lip. 19,4 p. 25,3                                                     |

(\*) Azpimarratzen diren platerak oinarrizko menuaren alternatiba dira.