













**ASTELEHENA**

**2** **KCAL.668**  
**H.C.112 LIP.6 P.18**  

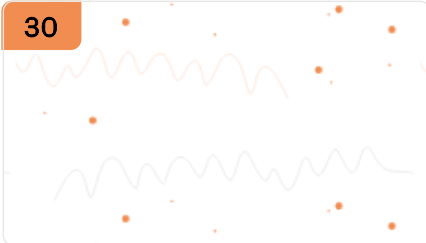
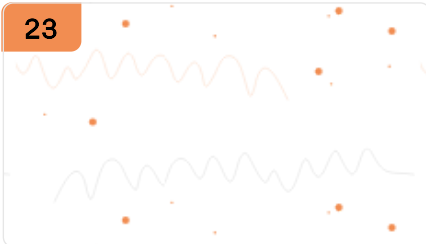
ETXEKO ZOPA FIDEOEKIN  
 PATATA TORTILA  
 LETXUGAREKIN  
 SASOIKO FRUTA

**9** **KCAL.946**  
**H.C.99 LIP.35 P.34**  



ELTZEKO DILISTAK  
 BERTAKO ARRAUTZA FRIJITUA  
 PIPERRADAREKIN  
 SASOIKO FRUTA








**16** **KCAL.651**  
**H.C.58 LIP.30 P.29**   




BERTAKO BARAZKI PUREA  
 XERRA  
 ETXEKO SALTSAN  
 SASOIKO FRUTA












**ASTEARTEA**



**3** **KCAL.815**  
**H.C.122 LIP.8 P.18**  

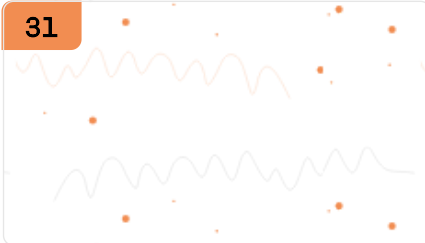
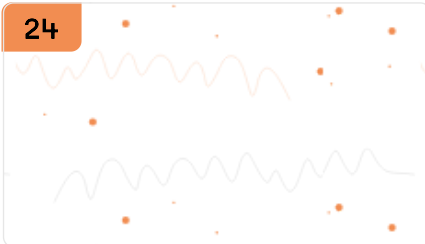
BARBARRUN TXURI GISATUAK BARAZKI  
 LOKALEKIN  
 URDAIAZPIKO ETA GAZTA LIBURUXKAK  
 TXIPS PATATEKIN  
      SASOIKO FRUTA

**10** **KCAL.914**  
**H.C.96 LIP.34 P.47**   




BERTAKO BARAZKI PUREA  
 ETXEKO LASAGNA  
    BERTAKO JOGURTA  



**17** **KCAL.849**  
**H.C.83 LIP.41 P.34**    



BARAZKI PAELLA INTEGRALA  
 ARRAINA FRESKOA LABEAN  
 OKIN PATATEKIN  
 BERTAKO JOGURTA  






**ASTEAZKENA**


**4** **KCAL.706**  
**H.C.48 LIP.11 P.39**   

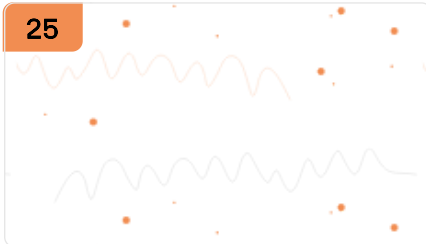
BERTAKO BARAZKI PUREA  
 OILASKO BULARKIA  
 PIPER GORRI ETA BERDEEKIN  
 BERTAKO JOGURTA  


**11** **KCAL.856**  
**H.C.129 LIP.20 P.34**  



ARROZA INTEGRALA ETXEKO TOMATEAREKIN  
 ARRAINA FRESKOA LABEAN  
 SAL TSA BERDEAN  
 SASOIKO FRUTA



**18** **KCAL.1017**  
**H.C.114 LIP.42 P.35** 



GARBANTZUAK BERTAKO BARAZKIEKIN  
 HARAGI ALBONDIGA  
 ETXEKO SALTSAN  
 SASOIKO FRUTA






**OSTEGUNA**












**5** **KCAL.857**  
**H.C.107 LIP.20 P.40**  

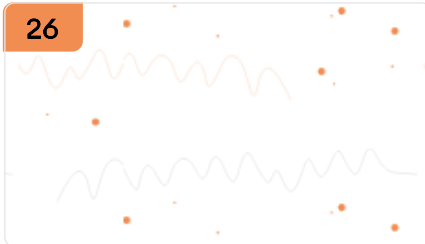
PATATAK ERRIOXAR ERARA  
 ARRAINA FRESKOA LABEAN  
 KOXKERA SALTSAN  
 SASOIKO FRUTA

**12** **KCAL.1010**  
**H.C.71 LIP.35 P.47**  

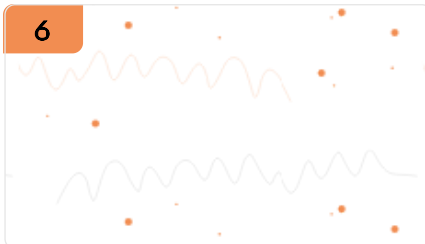
DENBORALDIKO BARAZKIAK  
 TXERRI XOLOMO FRESKOA  
 ETXEKO GAZTA SALTSAREKIN  
 SASOIKO FRUTA




**19** **KCAL.815**  
**H.C.98 LIP.22 P.53**  


KIRIBILKIAK NAPOLITANA ERARA  
   OILASKO BULARKIA  
 TOMATE XERRATUAREKIN  
 TXOKOLATEZKO TURROIA  
      








**OSTIRALA**

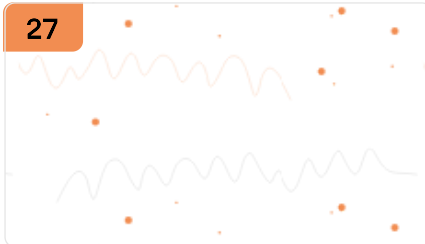


**13** **KCAL.1124**  
**H.C.101 LIP.48 P.64**   

BARBARRUN GORRI GISATUAK BARAZKI  
 LOKALEKIN  
 OILASKO IZTER ERREA  
 ENTSALADAREKIN  
 SASOIKO FRUTA

**20** **KCAL.756**  
**H.C.88 LIP.12 P.17** 

DENBORALDIKO BARAZKIAK  
 ETXEKO URDAIAZPIKO KROKETAK  
 LETXUGAREKIN  
    SASOIKO FRUTA



## ALÉRGENOS



## GURE PLATERETAN AURKITUKO DITUZU



Menu bakoitzak 40g-ko ogi ano batekin eskaintzen da, eta asteartero ogia integrala izaten da

**Menuaren diseinua:**  
Askorako Kalitate Saila

## AFARIENTZAKO AHOLKUAK

Egunak

BAZKARIAK



1

Pasta /Arroza  
Arrautza  
Fruta

2

Barazkiak  
Txerria  
Esneki postrea

3

Lekaleak  
Arrain txuria  
Fruta

4

Zopa  
Haragi txuria  
Esneki postrea

5

Patata  
Txekorria  
Fruta

6

Barazkia  
Arrain urdina  
Esneki postrea

7

Lekaleak  
Arrautza  
Fruta

Egunak

AFARIAK



1

Barazkiak  
Haragi txuria  
Esneki postrea

2

Patata  
Arrain urdina  
Fruta

3

Barazkia  
Txekorria  
Esneki postrea

4

Pasta/Arroza  
Arrain txuria  
Fruta

5

Barazkia  
Arrautza  
Esneki postrea

6

Zopa  
Haragi txuria  
Fruta

7

Barazkia  
Arrain txuria  
Esneki postrea

\*Koadroa gutxi-gora beherakoa da, menua etxetik planifika dezazun, eguerdian zer bazkaldu duzun kontuan hartuta.

