

## ASTELEHENA

## ASTEARTEA

## ASTEAZKENA

## OSTEGUNA

## OSTIRALA



4

KCAL.345  
H.C.41 LIP:6 P:9

KM 0

AZALOREA OLIO ERREAZ  
PATATA TORTILA LABEAN  
PERRETXIKO BARATXURIEKIN  
SASOIKO FRUTA

5

KCAL.362  
H.C.41 LIP:15 P:15

KM 0

ARROZA ETXEKO TOMATEAREKIN  
BAKAILAOA ARRAUTZEZTATUA  
ENTZALADAREKIN  
JOGURTA

6

KCAL.308  
H.C.32 LIP:6 P:15

KM 0

4 BARAZKIEKIN PAREA  
OILASKO GISATUA  
SASOIKO FRUTA

7

KCAL.353  
H.C.44 LIP:10 P:20

KM 0

GARBATZU GISATUAK  
TXERRI XOLOMO ONTZUTUA  
LETXUGAREKIN  
SASOIKO FRUTA

8

KCAL.393  
H.C.49 LIP:12 P:19

EKO

PASTA NAPOLITANA ERARA  
LEGATZA LABEAN  
KOXKERA SALTSAN  
SASOIKO FRUTA

11

KCAL.332  
H.C.45 LIP:5 P:8

KM 0

LEKAK PIPERRAUTSETAN  
ARRAUTZAK BEXAMELAREKIN  
TOMATE XERRATUAREKIN  
SASOIKO FRUTA

12

KCAL.351  
H.C.42 LIP:4 P:23

KM 0

DILISTA BARAZKITXOEKIN  
OILASKO BULARKIA  
PIPERREKIN  
SASOIKO FRUTA

13

KCAL.328  
H.C.37 LIP:10 P:16

KM 0

BARAZKI PAELLA  
ARRAINA FRESKOA LABEAN  
BARATXURI ETA PERREXIL ERREAREKIN  
JOGURTA

14

KCAL.422  
H.C.41 LIP:12 P:13

KM 0

KALABAZIN KREMA  
HANBURGESA  
JARDINERA ERARA  
SASOIKO FRUTA

15

KCAL.225  
H.C.34 LIP:3 P:3

EKO

ETXEKO BARAZKI ZOPA FIDEOEKIN  
BARBARRUN TXURI GISATUAK  
SASOIKO FRUTA

18

KCAL.404  
H.C.51 LIP:13 P:9

EKO

KM 0

BARAZKI MENESTRA  
SALTITXAK  
PIPER KONFITATUEKIN  
SASOIKO FRUTA

19

KCAL.372  
H.C.40 LIP:17 P:15

EKO

KM 0

MAKARROIAK BOLONESA ERARA  
FRANTZIAR TORTILA  
ENTZALADAREKIN  
JOGURTA

20

KCAL.507  
H.C.42 LIP:20 P:31

KM 0

DILISTAK TXORIZOAREKIN  
OILASKO IZTER ERREA  
PERRETXIKOEKIN  
SASOIKO FRUTA

21

KCAL.342  
H.C.43 LIP:7 P:19

KM 0

PATATAK ERRIOXAR ERARA  
LEGATZA ARRAUTZEZTATUA  
LIMIOIAREKIN  
SASOIKO FRUTA

22

KCAL.359  
H.C.33 LIP:11 P:12

EKO

BARAZKI PAREA  
PERNIL XERRA BIRRINEZTATUA  
LETXUGAREKIN  
SASOIKO FRUTA

25

KCAL.428  
H.C.46 LIP:8 P:6

KM 0

PORRUSALDA  
URDIAZPIKO KROKETAK  
ENTZALADAREKIN  
SASOIKO FRUTA

26

KCAL.309  
H.C.32 LIP:2 P:18

EKO

KM 0

BABARRUN GORRIAK BARAZKIEKIN  
PALOMETA LABEAN TOMATE SALTSAREKIN  
SASOIKO FRUTA

27

KCAL.396  
H.C.40 LIP:6 P:16

KM 0

BROKOLIA URDIAZPIKO ETA OLIO ERREAZ  
PATATA TORTILA LABEAN  
PIPERREKIN  
JOGURTA

28

KCAL.330  
H.C.49 LIP:5 P:20

EKO

PASTA ETXEKO TOMATE ETA GAZTAREKIN  
INDIOILAR GISATUA  
SASOIKO FRUTA

29

KCAL.385  
H.C.44 LIP:13 P:17

DILISTAK BARAZKIEKIN  
ALBONDIGAS  
ETXEKO SALTSAN  
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.

