

ASTELEHENA

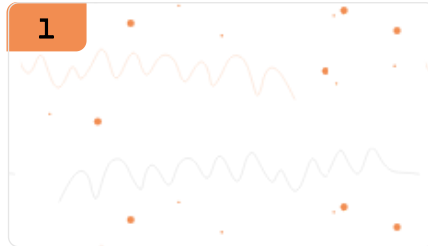
ASTEARTEA

ASTEAZKENA

OSTEGUNA

OSTIRALA

1



2

KCAL.328
H.C.34 LIP:7 P:18



PATATAK ERRIOXAR ERARA
TXERRI XOLOMO ONTZUTUA
PISTOAREKIN
JOGURTA

3

KCAL.376
H.C.34 LIP:12 P:8



BARAZKI KREMA
HEGATZI SALTXITXAK
PIPERREKIN
SASOIKO FRUTA

4

KCAL.243
H.C.27 LIP:7 P:13



BARBARRUN TXURI GISATUAK
LEGATZA LABEAN
KOKKERA SALTSAN
SASOIKO FRUTA

7

KCAL.398
H.C.34 LIP:11 P:11



BARAZKI PUREA
PERNIL XERRA BIRRINEZTATUA
PIPERREKIN
SASOIKO FRUTA

8

KCAL.560
H.C.48 LIP:27 P:28



PASTA NAPOLITANA ERARA
OILASKO IZTER ERREA
PERRET XIKO BARATXURIEKIN
SASOIKO FRUTA

9

KCAL.337
H.C.42 LIP:8 P:21



DILISTA BARAZKITXOEKIN
BAKAILAOA LABEAN
SALTSA BERDEAN
SASOIKO FRUTA

10

KCAL.321
H.C.41 LIP:6 P:9



LEKAK OLIO ERREAZ
PATATA TORTILA LABEAN
TOMATE OZPINDUAREKIN
JOGURTA

11

KCAL.402
H.C.62 LIP:13 P:7



ARROZA ETXEKO TOMATEAREKIN
URDIAZPIKO KROKETAK
ENTSALADAREKIN
SASOIKO FRUTA

14

KCAL.364
H.C.39 LIP:8 P:12



BROKOLIA OLIO ERREAZ
HARAGI ALBONDIGA
EHIZA EARA
SASOIKO FRUTA

15

KCAL.316
H.C.32 LIP:4 P:17



BABARRUN GORRIAK BARAZKIEKIN
LEGATZA ARRAUTZEZTATUA
MAIONESA ETA LIMOIAREKIN
SASOIKO FRUTA

16

KCAL.281
H.C.19 LIP:12 P:7



4 BARAZKIEKIN KREMA
FRANTZIAR TORTILA
ENTSALADAREKIN
JOGURTA

17

KCAL.341
H.C.48 LIP:4 P:20



3 DELIZIADUN ARROZA
PALOMETA LABEAN TOMATE SALTSAREKIN
SASOIKO FRUTA

18

KCAL.333
H.C.41 LIP:5 P:22



DILISTAK TXORIZOAREKIN
INDIOILAR GISATUA
SASOIKO FRUTA

21

KCAL.432
H.C.57 LIP:6 P:8



PORRUPATATA
URDIAZPIKO ETA GAZTA LIBURUXKAK
LETXUGAREKIN
SASOIKO FRUTA

22

KCAL.451
H.C.38 LIP:21 P:27



PASTA ETXEKO TOMATEREKIN
OILASKO IZTER ERREA
PIPER KONFITATUEKIN
JOGURTA

23

KCAL.349
H.C.41 LIP:12 P:17



GARBATZUAK ERREGOSIAK
LEGATZA LABEAN
DONOSTIARRA SALTSAN
SASOIKO FRUTA

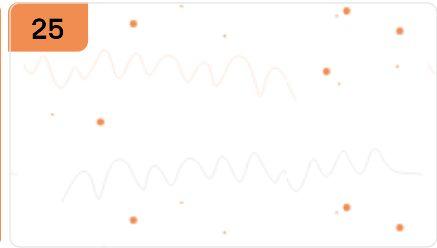
24

KCAL.353
H.C.49 LIP:8 P:7



KALABAZIN PUREA
PATATA TORTILA LABEAN
PERRET XIKO BARATXURIEKIN
SASOIKO FRUTA

25



28

KCAL.414
H.C.32 LIP:10 P:14



AZALOREA OLIO ERREAZ
HANBURGESA
JARDINERA ERARA
SASOIKO FRUTA

29

KCAL.365
H.C.40 LIP:12 P:19



DILISTAK BARAZKIEKIN
BAKAILAOA ARRAUTZEZTATUA
ENTSALADAREKIN
SASOIKO FRUTA

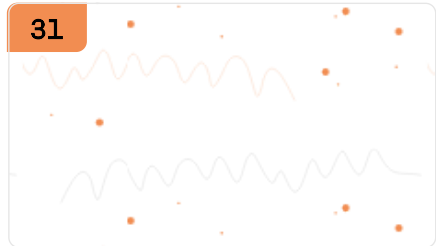
30

KCAL.283
H.C.42 LIP:5 P:17



MARINEL PAELLA
OILASKO BULARKIA ENPANATUA
TOMATE XERRATUAREKIN
JOGURTA

31



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

1

2

3

4

5

6

7

Pasta /Arroza
Arrautza
Fruta

Barazkiak
Txerria
Esneki postrea

Lekaleak
Arrain txuria
Fruta

Zopa
Haragi txuria
Esneki postrea

Patata
Txekorra
Fruta

Barazkia
Arrain urdina
Esneki postrea

Lekaleak
Arrautza
Fruta

Egunak

1

2

3

4

5

Barazkiak
Haragi txuria
Esneki postrea

Patata
Arrain urdina
Fruta

Barazkia
Txekorra
Esneki postrea

Pasta/Arroza
Arrain txuria
Fruta

Barazkia
Arrautza
Esneki postrea

Zopa
Haragi txuria
Fruta

Barazkia
Arrain txuria
Esneki postrea

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