



Astelehena	Asteartea	Asteazkena	Osteguna	Ostirala
1 Makarroiak tomatearekin Patata tortila labean Lau urtaroko entsalada Sasoiko fruta Ogi zuria Kcal. 882 h.c. 119,1 lip. 32,5 p. 26,7	2 Patatak Errioxako erara Abadira errokako erara Limoia Sasoiko fruta Ogi zuria Kcal. 738 h.c. 82,1 lip. 27,1 p. 40,9	3 Dilistak gaztelako erara Barazki purea ekologikoa Sasoiko fruta Ogi integrala Kcal. 652 h.c. 101,9 lip. 13,2 p. 26,1	4 Barazki menestra Atuna tomatearekin Zaporedun jogurta Ogi zuria Kcal. 786 h.c. 71,0 lip. 35,6 p. 44,8	5 Barazki paella Eko Errusiar txahal xerra saltsan Tomate freskoa Sasoiko fruta Ogi zuria Kcal. 818 h.c. 107,2 lip. 27,8 p. 35,0
8 Kcal. 777 h.c. 111,3 lip. 22,0 p. 27,1	9 Dilistak gaztelako erara Arrautza egosiak Piperrada Sasoiko fruta Ogi zuria Kcal. 619 h.c. 78,7 lip. 18,6 p. 31,5	10 Babarrun zuriak Bakailaoa ajoarriero erara Sasoiko fruta Ogi integrala Kcal. 696 h.c. 87,7 lip. 17,0 p. 40,5	11 Makarroiak tomatearekin Oilasko izter errea Patata frijituak (Chips erakoak) Txokolatezko cupcake Ogi zuria Kcal. 939 h.c. 116,3 lip. 37,5 p. 34,8	12 Lekak patatekin Solomo ontzutua ogi arrailetan pasatuta Lau urtaroko entsalada Sasoiko fruta Ogi zuria Kcal. 618 h.c. 70,9 lip. 20,6 p. 34,4
15 Dilistak gaztelako erara Atun enpanadillak Lau urtaroko entsalada Sasoiko fruta Ogi zuria Kcal. 777 h.c. 111,3 lip. 22,0 p. 27,1	16 Hegazti eta eltzeko zopa fideo ekologikoekin Oilasko xerra plantxan Piper gorriak Sasoiko fruta Ogi zuria Kcal. 461 h.c. 59,5 lip. 7,2 p. 39,3	17 Barazki paella Eko Arrautza frijituak Patata frijituak (Chips erakoak) Jogurt naturala Ogi integrala Kcal. 773 h.c. 103,1 lip. 29,8 p. 22,8	18 Zerba purea Txahal gisatua arrozarekin Sasoiko fruta Ogi zuria Kcal. 679 h.c. 84,8 lip. 19,5 p. 40,2	19 Babarrun gorriak Legatza labean Lau urtaroko entsalada Sasoiko fruta Ogi zuria Kcal. 610 h.c. 77,5 lip. 14,5 p. 35,4
22 Barazki purea Legatz xerra erromako erara Limoia Zaporedun jogurta Ogi zuria Kcal. 540 h.c. 68,5 lip. 17,4 p. 27,8	23 Makarroiak tomatearekin Oilasko izter errea Lau urtaroko entsalada Sasoiko fruta Ogi zuria Kcal. 697 h.c. 96,3 lip. 20,1 p. 32,4	24	25	26
29	30	31		