



## apirila - abril 2019

ASTELEHENA / LUNES				ASTEARTEA / MARTES				ASTEAZKENA / MIERCOLES				OSTEGUNA / JUEVES				OSTIRALA / VIERNES								
<b>1</b>	Kcal Lip	418 9	HC Prot	74 13	<b>2</b>	Kcal Lip	731 25	HC Prot	85 46	<b>3</b>	Kcal Lip	632 22	HC Prot	83 29	<b>4</b>	Kcal Lip	679 17	HC Prot	74 60	<b>5</b>	Kcal Lip	550 15	HC Prot	74 32
Barazkiak Bularkia Jogurta Verduras Pechuga Yogur				Barazkiak Txahal haragia Jogurta Verduras Ternera Yogur				Barazkiak Legatza Jogurta Verduras Merluza Yogur				Barazkiak Oilaskoa Jogurta Verduras Pollo Yogur				Barazkiak Itsas oilarra Jogurta Verduras Gallo Yogur								
<b>8</b>	Kcal Lip	731 25	HC Prot	85 46	<b>9</b>	Kcal Lip	600 15	HC Prot	78 42	<b>10</b>	Kcal Lip	632 22	HC Prot	83 29	<b>11</b>	Kcal Lip	679 17	HC Prot	74 60	<b>12</b>	Kcal Lip	630 20	HC Prot	81 35
Barazkiak Txahal haragia Jogurta Verduras Ternera Yogur				Barazkiak Indioilarra Jogurta Verduras Pavo Yogur				Barazkiak Legatza Jogurta Verduras Merluza Yogur				Barazkiak Oilaskoa Jogurta Verduras Pollo Yogur				Barazkiak Bakailaoa Jogurta Verduras Bacalao Yogur								
<b>15</b>	Kcal Lip	731 25	HC Prot	85 46	<b>16</b>	Kcal Lip	632 22	HC Prot	83 29	<b>17</b>	Kcal Lip	600 15	HC Prot	78 42	<b>18</b>	JAIA  FIESTA				<b>19</b>	JAIA  FIESTA			
Barazkiak Txahal haragia Jogurta Verduras Ternera Yogur				Barazkiak Legatza Jogurta Verduras Merluza Yogur				Barazkiak Indioilarra Jogurta Verduras Pavo Yogur																
<b>22</b>	JAIA  FIESTA				<b>23</b>	Kcal Lip	630 20	HC Prot	81 35	<b>24</b>	Kcal Lip	731 25	HC Prot	85 46	<b>25</b>	Kcal Lip	679 17	HC Prot	74 60	<b>26</b>	Kcal Lip	632 22	HC Prot	83 29
				Barazkiak Bakailaoa Jogurta Verduras Bacalao Yogur				Barazkiak Txahal haragia Jogurta Verduras Ternera Yogur				Barazkiak Oilaskoa Jogurta Verduras Pollo Yogur				Barazkiak Legatza Jogurta Verduras Merluza Yogur								
<b>29</b>	Kcal Lip	630 20	HC Prot	81 35	<b>30</b>	Kcal Lip	679 17	HC Prot	74 60															
Barazkiak Bakailaoa Jogurta Verduras Bacalao Yogur				Barazkiak Oilaskoa Jogurta Verduras Pollo Yogur																				

Gomendatutako afaria  
Cena recomendada

Karbono aztarna baxuko menua  
Menú bajo en huella de carbono

Menu basalarekiko plater  
desberdina  
Plato distinto al menú basal

Bertoko menua %100ean  
Menú 100% local



Bertoko produktudun menua  
Menú con productos locales

OHARRA Menuekin batera datorren elikadurari buruzko informazioa, 12 urteko umeen razio eta nutrizio-beharrak kontuan izanda kalkulaturako dago, menuan eskainitako 40 gramoko ogi razio egunean barne.

NOTA La información nutricional que acompaña a los menús, está calculada atendiendo al racionado y necesidades nutricionales de niños de 12 años, incluyendo los 40 g. de pan ofrecidos con el menú.