



## abril 2021

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
			<b>1</b>	<b>2</b>
			FIESTA	FIESTA
<b>5</b>	<b>6</b> Kcal 704 HC 65 Lip 23 Prot 61	<b>7</b> Kcal 696 HC 66 Lip 23 Prot 57	<b>8</b> Kcal 651 HC 66 Lip 23 Prot 46	<b>9</b> Kcal 623 HC 65 Lip 21 Prot 44
FIESTA	Pure con proteína de verdura y ternera Yogur	Pure con proteína de verdura y pavo Yogur	Pure con proteína de verdura y pollo Yogur	Pure con proteína de verdura y pechuga Fruta fresca
<b>12</b> Kcal 696 HC 66 Lip 23 Prot 57	<b>13</b> Kcal 704 HC 65 Lip 23 Prot 61	<b>14</b> Kcal 651 HC 66 Lip 23 Prot 46	<b>15</b> Kcal 651 HC 66 Lip 23 Prot 46	<b>16</b> Kcal 696 HC 66 Lip 23 Prot 57
Pure con proteína de verdura y pavo Yogur	Pure con proteína de verdura y ternera Yogur	Pure con proteína de verdura y pollo Yogur	Pure con proteína de verdura y pechuga Yogur	Pure con proteína de verdura y pavo Yogur
<b>19</b> Kcal 696 HC 66 Lip 23 Prot 57	<b>20</b> Kcal 704 HC 65 Lip 23 Prot 61	<b>21</b> Kcal 651 HC 66 Lip 23 Prot 46	<b>22</b> Kcal 651 HC 66 Lip 23 Prot 46	<b>23</b> Kcal 704 HC 65 Lip 23 Prot 61
Pure con proteína de verdura y pavo Yogur	Pure con proteína de verdura y ternera Yogur	Pure con proteína de verdura y pollo Yogur	Pure con proteína de verdura y pechuga Yogur	Pure con proteína de verdura y ternera Yogur
<b>26</b> Kcal 651 HC 66 Lip 23 Prot 46	<b>27</b> Kcal 704 HC 65 Lip 23 Prot 61	<b>28</b> Kcal 696 HC 66 Lip 23 Prot 57	<b>29</b> Kcal 651 HC 66 Lip 23 Prot 46	<b>30</b> Kcal 696 HC 66 Lip 23 Prot 57
Pure con proteína de verdura y pechuga Yogur	Pure con proteína de verdura y ternera Yogur	Pure con proteína de verdura y pavo Yogur	Pure con proteína de verdura y pollo Yogur	Pure con proteína de verdura y pavo Yogur

Gomendatutako afaria  
Cena recomendada



Hobekuntza kardiobaskularrerako  
menua  
Menú de mejora cardiovascular



Karbono aztarna baxuko menua  
Menú bajo en huella de carbono



Bertoko produktudun menua  
Menú con productos locales

Astean gutxienez egun batez, irin integrala  
%50 eta zahia %12tik gora duten ogia  
eskeintzen dugu  
Al menos una vez por semana, servimos pan  
elaborado con un mínimo de 50% de harina  
integral y 12% de salvado.

Menu basalarekiko plater  
desberdina  
Plato distinto al menú basal



Bertoko menua %100ean  
Menú 100% local

