



## 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 609 HC 89 Lip 19 Prot 21
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 merluza Fruta fresca
<b>12</b> Kcal 696 HC 66 Lip 23 Prot 57	<b>13</b> Kcal 637 HC 89 Lip 21 Prot 23	<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 637 HC 89 Lip 21 Prot 23
Pure con proteína de verdura y pavo Yogur	Pure con proteína de verdura y merluza Yogur	Pure con proteína de verdura y pollo Yogur	Pure con proteína de verdura y pechuga Yogur	Pure con proteína de verdura y bacalao Yogur
<b>19</b> Kcal 696 HC 66 Lip 23 Prot 57	<b>20</b> Kcal 637 HC 89 Lip 21 Prot 23	<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 merluza 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 637 HC 89 Lip 21 Prot 23	<b>27</b> Kcal 704 HC 65 Lip 23 Prot 61	<b>28</b> Kcal 637 HC 89 Lip 21 Prot 23	<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 bacalao Yogur	Pure con proteína de verdura y ternera Yogur	Pure con proteína de verdura y merluza Yogur	Pure con proteína de verdura y pollo Yogur	Pure con proteína de verdura y pavo Yogur

Gomendatutako afaria  
Cena recomendada



Hobekuntza kardiobaskularrerako  
menea  
Menú de mejora cardiovascular



Karbono aztarna baxuko menea  
Menú bajo en huella de carbono



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 menea %100ean  
Menú 100% local



Bertoko produktudun menea  
Menú con productos locales

