



abril 2021

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
			1	2
			FIESTA	FIESTA
5	6 Kcal 704 HC 65 Lip 23 Prot 61	7 Kcal 696 HC 66 Lip 23 Prot 57	8 Kcal 651 HC 66 Lip 23 Prot 46	9 Kcal 689 HC 106 Lip 17 Prot 28
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 alubia y merluza Fruta fresca
12 Kcal 696 HC 66 Lip 23 Prot 57	13 Kcal 637 HC 89 Lip 21 Prot 23	14 Kcal 689 HC 83 Lip 22 Prot 29	15 Kcal 651 HC 66 Lip 23 Prot 46	16 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 lenteja y pollo Yogur	Pure con proteína de verdura y pechuga Yogur	Pure con proteína de verdura y bacalao Yogur
19 Kcal 696 HC 66 Lip 23 Prot 57	20 Kcal 716 HC 106 Lip 19 Prot 30	21 Kcal 651 HC 66 Lip 23 Prot 46	22 Kcal 651 HC 66 Lip 23 Prot 46	23 Kcal 843 HC 90 Lip 32 Prot 49
Pure con proteína de verdura y pavo Yogur	Pure con proteína de alubia y merluza Yogur	Pure con proteína de verdura y pollo Yogur	Pure con proteína de verdura y pechuga Yogur	Pure con proteína de garbanzo y ternera Yogur
26 Kcal 708 HC 102 Lip 19 Prot 31	27 Kcal 704 HC 65 Lip 23 Prot 61	28 Kcal 637 HC 89 Lip 21 Prot 23	29 Kcal 702 HC 88 Lip 22 Prot 39	30 Kcal 696 HC 66 Lip 23 Prot 57
Pure con proteína de lenteja y bacalao Yogur	Pure con proteína de verdura y ternera Yogur	Pure con proteína de verdura y merluza Yogur	Pure con proteína de alubia 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

