



june - junio 2022



ASTELEHENA / LUNES

ASTEARTEA / MARTES

ASTEAZKENA / MIERCOLES

OSTEGUNA / JUEVES

OSTIRALA / VIERNES

		1 Kcal 704 HC 65 Lip 23 Prot 61	2 Kcal 637 HC 89 Lip 21 Prot 23	3 Kcal 651 HC 66 Lip 23 Prot 46
		Barazki eta txahalkidun proteinazko purea Jogurta Pure con proteina de verdura y ternera Yogur	Barazki eta legatzdun proteinazko purea Jogurta Pure con proteina de verdura y merluza Yogur	Barazki eta paparra proteinazko purea Jogurta Pure con proteina de verdura y pechuga Yogur
6 Kcal 651 HC 66 Lip 23 Prot 46	7 Kcal 696 HC 66 Lip 23 Prot 57	8 Kcal 704 HC 65 Lip 23 Prot 61	9 Kcal 651 HC 66 Lip 23 Prot 46	10 Kcal 704 HC 65 Lip 23 Prot 61
Barazki eta paparra proteinazko purea Jogurta Pure con proteina de verdura y pechuga Yogur	Barazki eta indioilardun proteinazko purea Jogurta Pure con proteina de verdura y pavo Yogur	Barazki eta txahalkidun proteinazko purea Jogurta Pure con proteina de verdura y ternera Yogur	Barazki eta oilaskodun proteinazko purea Jogurta Pure con proteina de verdura y pollo Yogur	Barazki eta txahalkidun proteinazko purea Jogurta Pure con proteina de verdura y ternera Yogur
13 Kcal 704 HC 65 Lip 23 Prot 61	14 Kcal 651 HC 66 Lip 23 Prot 46	15 Kcal 704 HC 65 Lip 23 Prot 61	16 Kcal 651 HC 66 Lip 23 Prot 46	17 Kcal 696 HC 66 Lip 23 Prot 57
Barazki eta txahalkidun proteinazko purea Jogurta Pure con proteina de verdura y ternera Yogur	Barazki eta paparra proteinazko purea Jogurta Pure con proteina de verdura y pechuga Yogur	Barazki eta txahalkidun proteinazko purea Jogurta Pure con proteina de verdura y ternera Yogur	Barazki eta oilaskodun proteinazko purea Jogurta Pure con proteina de verdura y pollo Yogur	Barazki eta indioilardun proteinazko purea Jogurta Pure con proteina de verdura y pavo Yogur
20 Kcal 651 HC 66 Lip 23 Prot 46	21 Kcal 704 HC 65 Lip 23 Prot 61	22 Kcal 651 HC 66 Lip 23 Prot 46	23 Kcal 696 HC 66 Lip 23 Prot 57	24 Kcal 704 HC 65 Lip 23 Prot 61
Barazki eta paparra proteinazko purea Jogurta Pure con proteina de verdura y pechuga Yogur	Barazki eta txahalkidun proteinazko purea Jogurta Pure con proteina de verdura y ternera Yogur	Barazki eta oilaskodun proteinazko purea Jogurta Pure con proteina de verdura y pollo Yogur	Barazki eta indioilardun proteinazko purea Jogurta Pure con proteina de verdura y pavo Yogur	Barazki eta txahalkidun proteinazko purea Jogurta Pure con proteina de verdura y ternera Yogur
27 Kcal 704 HC 65 Lip 23 Prot 61	28 Kcal 696 HC 66 Lip 23 Prot 57	29 Kcal 704 HC 65 Lip 23 Prot 61	30 Kcal 651 HC 66 Lip 23 Prot 46	
Barazki eta txahalkidun proteinazko purea Jogurta Pure con proteina de verdura y ternera Yogur	Barazki eta indioilardun proteinazko purea Jogurta Pure con proteina de verdura y pavo Yogur	Barazki eta txahalkidun proteinazko purea Jogurta Pure con proteina de verdura y ternera Yogur	Barazki eta oilaskodun proteinazko purea Jogurta Pure con proteina de verdura y pollo Yogur	

Gomendatutako afaria
Cena recomendada



Animalia proteina gabeko menua
Menú libre de proteína animal



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.

