

DBH / BATX

	ASTELEHENA	MARTITZENA	EGUAZTENA	EGUENA	BARIKUA
A P I R I L A	9 - Makarroiak tomateagaz/gazta. - Hegaluze frijitua eta limoia. - Jogurta. Kcal:461,Prot:23gr,Lip:12gr,H.C.63gr. *Purea – okela - fruta	10 - Dilistak/Barazkia. - Patata tortilla letxugagaz. - Fruta. Kcal:580,Prot:20gr,Lip:25gr,H.C.60g *Pasta- arraina - fruta	11 - Arroza tomateagaz/Entsalada. - Oilasko bularkia txanpiñoiakaz. - Uruzukretako merbixka. Kcal:685,Prot:19gr,Lip:91gr,H.C.19gr *Purea – arraultza - esnekia	12 - Azenario purea/ pikatosteak. - Txahalkia saltsan patatakaz. - Fruta. Kcal:545,Prot:28gr,Lip:19gr,H.C.60g *Zopa – arraina - esnekia	13 - Indaba gorriak/Barazkia. - Legatza saltsan panadera patata. - Fruta. Kcal:685,Prot:25gr,Lip:25gr,H.C.66gr *Purea – okela - esnekia
	16 - Ziazerba purea/ pikatosteak. - Nuggets entsaladagaz. - Fruta. Kcal:455,Prot:22gr,Lip:11gr,H.C.64gr *Barazkia – okela - fruta	17 - Txixirioak/Barazkia. - Solomo adobatua patatakaz. - Fruta. Kcal:693,Prot:24gr,Lip:30gr,H.C.50gr *Barazkia – arraina - fruta	18 - Errioxar patatak/Barazkia. - Oilasko laban limoi erara letxug. - Fruta. Kcal:460,Prot:25gr,Lip:19gr,H.C.41gr *Barazkia – arraina - esnekia	19 - Espagetiak tomateagaz/gazta. - Legatz frijitua eta limoia. - Natillak. Kcal:603,Prot:21gr,Lip:28gr,H.C.65gr *Barazkia – okela - fruta	20 - Lekak patatakaz. - Txahal hanburgesak,pat.eta ket. - Fruta. Kcal:601,Prot:27gr,Lip:26gr,H.C.57gr Zopa – arraina - esnekia
	23 - Kalabaza purea/ pikatosteak. - Arraultz frijitua eta txistorra. - Fruta. Kcal:480,Prot:20gr,Lip:23gr,H.C.52gr *Pasta- arraina- esnekia	24 - Porrusalda/Entsalada. - Indiolar erregosia patatakaz. - Jogurta. Kcal:486,Prot:22gr,Lip:16gr,H.C.65gr *Barazkia- arraultza- fruta	25 - Paella/Entsalada. - Makailoa tomateagaz - Fruta. Kcal:475,Prot:23gr,Lip:10gr,H.C.82g *Purea – okela - fruta	26 - Etxeko zopa/Barazkia. - Haragi-bolak saltsan patatakaz. - Banana. Kcal:671,Prot:27gr,Lip:21gr,H.C.80gr *Barazkia – arraina - esnekia	27 - Indaba gorriak/Barazkia. - Legatza saltsan panadera patata. - Jogurta. Kcal:593,Prot:30gr,Lip:24gr,H.C.56gr *Zopa – okela - fruta
M A I A T Z A	30 JAIA	1 JAIA	2 - Barazki pasta/Entsalada. - Hegaluze frijitua eta limoia. - Fruta. Kcal:461,Prot:23gr,Lip:12gr,H.C.63gr. *Barazkia – okela - esnekia	3 - Indaba zuriak/Barazkia. - Indioilar bularkia tomateagaz. - Jogurta. Kcal:598,Prot:31gr,Lip:18gr,H.C.77g *Barazkia – arraina - fruta	4 - Kalabazin purea / pikatosteak. - Solomoa plantxan piperrekin. - Oplia Kcal:780,Prot:35gr,Lip:32gr,H.C.80gr *Zopa – arraina - fruta
	7 - Makarroiak tomateagaz/gazta. - Legatz frijitua eta limoia. - Jogurta. Kcal:461,Prot:23gr,Lip:12gr,H.C.63gr. *Barazkia – okela - fruta	8 - Patatak saltsa berdean. - San Jakoboa entsaladagaz. - Fruta. Kcal:460,Prot:15gr,Lip:11gr,H.C.74gr *Barazkia – arraina- esnekia	9 - Arroza entsalada. - Oilasko bularkia txanpiñoiakaz. - Anana bere zukuuan. Kcal:685,Prot:19gr,Lip:91gr,H.C.19gr *Zopa – arraultza - esnekia	10 - Azenario purea/ pikatosteak. - Txahalkia saltsan patatakaz. - Jogurta. Kcal:545,Prot:28gr,Lip:19gr,H.C.60g *Zopa – arraina - fruta	11 - Indaba gorriak/Barazkia. - Makailoa saltsan panadera patata. - Fruta. Kcal:685,Prot:25gr,Lip:25gr,H.C.66gr *Purea – okela - esnekia
	14 - Ziazerba purea/ pikatosteak. - Arraultz frijitua eta txistorra. - Fruta. Kcal:480,Prot:20gr,Lip:23gr,H.C.52gr *Pasta- arraina- esnekia	15 - Porrusalda/Entsalada. - Indiolar erregosia patatakaz. - Jogurta. Kcal:486,Prot:22gr,Lip:16gr,H.C.65gr *Barazkia- arraultza- fruta	16 - Oilasko paella/Entsalada. - Legatza saltsan panadera patata. - Fruta. Kcal:475,Prot:23gr,Lip:10gr,H.C.82g *Purea – okela - fruta	17 - Arrain zopa/Barazkia. - Haragi-bolak saltsan patatakaz. - Banana. Kcal:671,Prot:27gr,Lip:21gr,H.C.80gr *Barazkia – arraultza - esnekia	18 - Txixirioak/Barazkia. - Hegazti saltxitxak eta patata purea. - Gazta irasagarra. Kcal:593,Prot:30gr,Lip:24gr,H.C.56gr *Barazkia – arraina - fruta
	21 - Espagetiak tomateagaz/gazta. - Legatz frijitua eta limoia. - Fruta. Kcal:603,Prot:21gr,Lip:28gr,H.C.65gr *Barazkia – okela - fruta	22 - Errioxar patatak/Barazkia. - Oilasko laban limoi erara letxug. - Fruta. Kcal:460,Prot:25gr,Lip:19gr,H.C.41gr *Barazkia – arraina - fruta	23 - Kalabaza purea / pikatosteak. - Izokina plantxan. - Fruta. Kcal:641,Prot:14gr,Lip:28gr,H.C.81gr *Purea – arraultza - esnekia	24 - Lekak patatakaz. - Hanburgesak barazkiakaz,pat.eta ket. - Fruta. Kcal:601,Prot:27gr,Lip:26gr,H.C.57gr Zopa – arraina - esnekia	25 - Indaba zuriak/Barazkia. - Txerri-giharra piperrekin. - Izozkia. Kcal:693,Prot:24gr,Lip:30gr,H.C.50gr *Barazkia – arraina - fruta
	28 - Makarroiak tomateagaz/gazta. - Legatz frijitua eta limoia. - Jogurta. Kcal:461,Prot:23gr,Lip:12gr,H.C.63gr. *Purea – okela - fruta	29 - Arroza tomateagaz/Entsalada. - Oilasko bularkia txanpiñoiakaz. - Uruzukretako merbixka Kcal:685,Prot:19gr,Lip:91gr,H.C.19gr *Zopa – arraultza - fruta	30 - Dilistak/Barazkia. - Patata- tortilla letxugagaz. - Fruta. Kcal:580,Prot:20gr,Lip:25gr,H.C.60g *Barazkia – arraina - esnekia	31 - Azenario purea/ pikatosteak. - Txahalkia saltsan patatagaz. - Jogurta. Kcal:545,Prot:28gr,Lip:19gr,H.C.60gr *Zopa – arraina - fruta	1 - Indaba gorriak/Barazkia. - Makailoa saltsan panadera patata. - Fruta. Kcal:685,Prot:25gr,Lip:25gr,H.C.66gr *Purea – okela - esnekia
E K A I N A	4 - Espagetiak tomateagaz/gazta. - Legatz frijitua eta limoia. - Natillak. Kcal:603,Prot:21gr,Lip:28gr,H.C.65g *Zopa – okela - fruta	5 - Txixirioak/Barazkia. - Solomo adobatua patatakaz. - Gazta eta irasagarra. Kcal:693,Prot:24gr,Lip:30gr,H.C.50gr *Barazkia – arraina - fruta	6 - Ziazerba purea/ pikatosteak. - Makailoa saltsan panadera patata. - Fruta. Kcal:641,Prot:14gr,Lip:28gr,H.C.81gr *Purea – arraina- esnekia	7 - Lekak patatakaz. - Txahal hanburgesak pat.eta ket. - Fruta. Kcal:601,Prot:27gr,Lip:26gr,H.C.57gr Zopa – arraina - esnekia	8 - Indaba zuriak/Barazkia. - Indioilar bularkia tomateagaz. - Jogurta. Kcal:598,Prot:31gr,Lip:18gr,H.C.77g *Barazkia – arraina - fruta
	11 - Kalabazin purea/ pikatosteak. - Nuggets entsaladagaz . - Fruta. Kcal:480,Prot:20gr,Lip:23gr,H.C.52gr *Pasta- arraultza- esnekia	12 - Dilistak/Barazkia. - Indiolar erregosia patatakaz. - Jogurta. Kcal:486,Prot:22gr,Lip:16gr,H.C.65gr *Barazkia- arraina- fruta	13 - Errioxar patatak/Barazkia. - Oilasko laban limoi erara letxug. - Fruta. Kcal:460,Prot:25gr,Lip:19gr,H.C.41gr *Barazkia – arraina - fruta	14 - Etxeko zopa/Barazkia. - Haragi-bolak saltsan patatakaz. - Banana. Kcal:671,Prot:27gr,Lip:21gr,H.C.80gr *Barazkia – arraina - esnekia	15 - Oilasko paella/Entsalada. - Makailoa tomateagaz. - Fruta. Kcal:475,Prot:23gr,Lip:10gr,H.C.82g *Purea – okela - esnekia
	18 - Barazki pasta entsalada. - Legatz frijitua eta limoia. - Flana. Kcal:461,Prot:23gr,Lip:12gr,H.C.63gr. *Barazkia – okela - fruta	19 - Txixirioak/Barazkia. - Hegazti saltxitxak eta patata purea - Fruta. Kcal:571,Prot:31gr,Lip:18gr,H.C.77g *Barazkia – arraina - fruta	20 - Azenario purea/ pikatosteak. - Txahalkia saltsan patatagaz. - Jogurta. Kcal:545,Prot:28gr,Lip:19gr,H.C.60gr *Zopa – arraina - fruta	21 - Porrusalda/Entsalada. - Makailoa saltsan panadera patata. - Fruta. Kcal:685,Prot:25gr,Lip:25gr,H.C.66gr *Purea – okela - esnekia	22 - Arroza tomateagaz/Entsalada. - San jakoboa entsaladagaz. - Izozkia Kcal:460,Prot:15gr,Lip:11gr,H.C.74gr *Barazkia – arraina- fruta

- Haragi-bolak , hanburgesak eta txahalkia saltsan prestatzeko kalitateko "EUSKAL OKELA" erabiltzen dogu.

- Bertako ortuariak erabiltzen doguz.

*Afaltzeko aholkua