



otsaila - febrero 2024

ASTELEHENA / LUNES				ASTEARTEA / MARTES				ASTEAZKENA / MIERCOLES				OSTEGUNA / JUEVES				OSTIRALA / VIERNES			
												1 Kcal 622 HC 64 Lip 22 Prot 43	2 Kcal 667 HC 64 Lip 22 Prot 54						
												Barazki eta oilaskodun proteinazko purea Fruta-konpota (slup) Pure con proteina de verdura y pollo Compota de frutas (slup)				Barazki eta indioilardun proteinazko purea Fruta-konpota (slup) Pure con proteina de verdura y pavo Compota de frutas (slup)			
5 Kcal 637 HC 89 Lip 21 Prot 23				6 Kcal 696 HC 66 Lip 23 Prot 57				7 Kcal 768 HC 82 Lip 29 Prot 45				8 Kcal 637 HC 89 Lip 21 Prot 23				9 Kcal 651 HC 66 Lip 23 Prot 46			
Barazki eta legatzdun proteinazko purea Jogurta Pure con proteina de verdura y merluza Yogur				Barazki eta indioilardun proteinazko purea Jogurta Pure con proteina de verdura y pavo Yogur				Dilista eta txahalkidun proteinazko purea Fruta-konpota (slup) Pure con proteina de lentejas y ternera Compota de frutas (slup)				Barazki eta makailaodun proteinazko purea Jogurta Pure con proteina de verdura y bacalao Yogur				Barazki eta oilaskodun proteinazko purea Jogurta Pure con proteina de verdura y pollo Yogur			
12 Kcal 693 HC 88 Lip 21 Prot 38				13 Kcal 637 HC 89 Lip 21 Prot 23				14 Kcal 704 HC 65 Lip 23 Prot 61				15 Kcal 687 HC 104 Lip 18 Prot 27				16 Kcal 622 HC 64 Lip 22 Prot 43			
Garbantzu eta indioilardun proteinazko purea Fruta-konpota (slup) Pure con proteina de garbanzo y pavo Compota de frutas (slup)				Barazki eta makailaodun proteinazko purea Jogurta Pure con proteina de verdura y bacalao Yogur				Barazki eta txahalkidun proteinazko purea Jogurta Pure con proteina de verdura y ternera Yogur				Babarrun eta legatzdun proteinazko purea Fruta-konpota (slup) Pure con proteina de alubia y merluza Compota de frutas (slup)				Barazki eta oilaskodun proteinazko purea Fruta-konpota (slup) Pure con proteina de verdura y pollo Compota de frutas (slup)			
19 Kcal 637 HC 89 Lip 21 Prot 23				20 Kcal 675 HC 63 Lip 22 Prot 58				21 Kcal 689 HC 88 Lip 20 Prot 39				22 Kcal 637 HC 89 Lip 21 Prot 23				23 Kcal 689 HC 83 Lip 22 Prot 29			
Barazki eta legatzdun proteinazko purea Jogurta Pure con proteina de verdura y merluza Yogur				Barazki eta txahalkidun proteinazko purea Fruta-konpota (slup) Pure con proteina de verdura y ternera Compota de frutas (slup)				Babarrun eta indioilardun proteinazko purea Jogurta Pure con proteina de alubia y pavo Yogur				Barazki eta legatzdun proteinazko purea Jogurta Pure con proteina de verdura y merluza Yogur				Dilista eta oilaskodun proteinazko purea Jogurta Pure con proteina de lenteja y pollo Yogur			
26 Kcal 637 HC 89 Lip 21 Prot 23				27 Kcal 693 HC 88 Lip 21 Prot 38				28 Kcal 651 HC 66 Lip 23 Prot 46				29 Kcal 675 HC 63 Lip 22 Prot 58							
Barazki eta legatzdun proteinazko purea Jogurta Pure con proteina de verdura y merluza Yogur				Garbantzu eta indioilardun proteinazko purea Fruta-konpota (slup) Pure con proteina de garbanzo y pavo Compota de frutas (slup)				Barazki eta oilaskodun proteinazko purea Jogurta Pure con proteina de verdura y pollo Yogur				Barazki eta txahalkidun proteinazko purea Fruta-konpota (slup) Pure con proteina de verdura y ternera Compota de frutas (slup)							

Gomendatutako afaria
Cena recomendada



Animalia proteina gabeko menua
Menú libre de proteína animal



Karbono aztarna baxuko menua
Menú bajo en huella de carbono

Menu basalarekiko plater desberdina
Plato distinto al menú basal



Bertoko menua %100ean
Menú 100% local



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.

