Azaroa

Haur Eskola

ASTELEHENA	MARTITZENA	EGUAZTENA	EGUENA	BARIKUA
2 Dilistak barazkiekin Patata tortila entsaladarekin Sasoiko fruta	**3** Espageti integralak boloñesa begetalarekin Legatza saltsa berdean Jogurta naturala	**4** Oilasko paella Barazkiak osoan Sasoiko fruta	**5** Indaba gorriak barazkiekin Txerri xerra labean entsaladarekin Jogurta naturala	**6** Barazki purea Arraina urdina entsaladarekin Sasoiko fruta
9 Barazkiak osoan edo purean Legatza labean entsaladarekin Sasoiko fruta	**10** Indaba zuriak osoan edo purean Arroza tomatearekin Jogurt naturala	**11** Barazkiak purean Txahal albondigak etxeko saltsan Sasoiko fruta	**12** Pasta integrala perretxikoekin Gazta tortila entsaladarekin Jogurt naturala	**13** Eltzeko dilistak Oilasko bularra entsaladarekin Sasoiko fruta
16 Barazki purea Legatza labean entsaladarekin Sasoiko fruta	**17** Garbantzuak osoan edo purean Barazki paella Jogurta naturala	**18** Marmitakoa Oilasko errea entsaladarekin Sasoiko fruta	**19** Dilistak barazkiekin Patata tortila entsaladarekin Jogurta naturala	**20** Pasta integrala Txahal albondigak saltsan Sasoiko fruta
23 Dilistak barazkiekin Txerri xolomoa entsaladarekin Sasoiko fruta	**24** Barazki purea Arraina urdina entsaladarekin Jogurta naturala	**25** Haragi paella Barazkiak osoan edo purean Sasoiko fruta	**26** Indaba gorriak osoan edo purean Arrautza frijitua patatekin Jogurta naturala	**27** Pasta entsalada integrala Legatza labean entsaladarekin Sasoiko fruta
30 Barazki purea Bakailaoa bizkaitar erara Sasoiko fruta				

OGI INTEGRALA

OGI INTEGRALA

Azaroa

3 urte - LH1

ASTELEHENA	MARTITZENA	EGUAZTENA	EGUENA	BARIKUA
2 767kcal.-26prot/15koip./103Kh Dilistak barazkiekin Patata tortila entsaladarekin Sasoiko fruta	**3** 660kcal.-40prot/18koip./84Kh Espageti integralak boloñesa begetalarekin Legatza saltsa berdean Jogurta naturala	**4** 891kcal.-57prot/28koip./92Kh Oilasko paella Barazkiak osoan Sasoiko fruta	**5** 811kcal.-47prot/33koip./76Kh Indaba gorriak barazkiekin Txerri xerra labean entsaladarekin Sasoiko fruta	**6** 567kcal.-29prot/26koip./60Kh Barazki purea Arraina urdina entsaladarekin Sasoiko fruta
9 756kcal.-28prot/28koip./93Kh Barazkiak osoan Legatza labean entsaladarekin Sasoiko fruta	**10** 769kcal.-46prot/43koip./38Kh Indaba zuriak barazkiekin Arroza tomatearekin Sasoiko fruta	**11** 766kcal.-22prot/19koip./74Kh Barazkiak purean Etxeko indioilar sukalkia Sasoiko fruta	**12** 589kcal.-18prot/10koip./92Kh Pasta integrala perretxikoekin Arrautza beteak hegaluzearekin eta entsaladarekin Jogurt naturala	**13** 605kcal.-40prot/8koip./54Kh Eltzeko dilistak Oilasko bularra entsaladarekin Sasoiko fruta
16 645kcal.-22prot/20koip./56Kh Barazki purea Legatza labean entsaladarekin Sasoiko fruta	**17** 756kcal.-28prot/25koip./90Kh Eltzeko garbantzuak Barazki paella Sasoiko fruta	**18** 664kcal.-38prot/7koip./69Kh Marmitakoa Oilasko errea entsaladarekin Sasoiko fruta	**19** 774kcal.-27prot/22koip./106Kh Dilistak barazkiekin Patata tortila entsaladarekin Jogurta naturala	**20** 743kcal.-25prot/28koip./92Kh Pasta integrala Txahal albondigak/Hanburgesa tipula ta perretxikoekin Sasoiko fruta
23 648kcal.-38prot/12koip.54Kh Dilistak barazkiekin Txerri xolomoa entsaladarekin Sasoiko fruta	**24** 891kcal.-57prot/28koip.92Kh Barazki purea Arraina urdina entsaladarekin Jogurta naturala	**25** 706kcal.35prot/24koip./60Kh Haragi paella Barazkiak osoan Sasoiko fruta	**26** 820kcal.-30prot/40koip.85Kh Indaba gorriak txorixoarekin Arrautza frijitua patatekin Sasoiko fruta	**27** 604kcal.-28prot/19koip.73Kh Pasta entsalada integrala Legatza labean entsaladarekin Sasoiko fruta
30 756kcal.-28prot/28koip./93Kh Barazki purea Bakailaoa bizkaitar erara Sasoiko fruta				

OGI INTEGRALA

OGI INTEGRALA

Azaroa

LH2 - Batxi2

ASTELEHENA	MARTITZENA	EGUAZTENA	EGUENA	BARIKUA
2 767kcal.-26prot/15koip./103Kh	**3** 660kcal.-40prot/18koip./84Kh	**4** 891kcal.-57prot/28koip./92Kh	**5** 811kcal.-47prot/33koip./76Kh	**6** 567kcal.-29prot/26koip./60Kh
Dilistak barazkiekin / Azalorea Patata tortila entsaladarekin Sasoiko fruta	Espageti integralak boloñesa begetalarekin Legatza saltsa berdean Jogurta naturala	Oilasko paella / Ilarrak Barazkiak osoan Sasoiko fruta	Indaba gorriak barazkiekin / Zerbak Txerri xerra labean entsaladarekin Sasoiko fruta	Barazki purea Arraina urdina entsaladarekin Sasoiko fruta
9 756kcal.-28prot/28koip./93Kh	**10** 769kcal.-46prot/43koip./38Kh	**11** 766kcal.-22prot/19koip./74Kh	**12** 589kcal.-18prot/10koip./92Kh	**13** 605kcal.-40prot/8koip./54Kh
Barazkiak osoan Legatza labean entsaladarekin Sasoiko fruta	Indaba zuriak barazkiekin / Barazkiak Arroza tomatearekin Sasoiko fruta	Barazkiak purean Etxeko indioilar sukalkia Sasoiko fruta	Pasta integrala perretxikoekin Arrautza beteak hegaluzearekin eta entsaladarekin Jogurt naturala	Eltzeko dilistak/ Menestra Oilasko bularra entsaladarekin Sasoiko fruta
16 645kcal.-22prot/20koip./56Kh	**17** 756kcal.-28prot/25koip./90Kh	**18** 664kcal.-38prot/7koip./69Kh	**19** 774kcal.-27prot/22koip./106Kh	**20** 743kcal.-25prot/28koip./92Kh
Barazki purea Legatza labean entsaladarekin Sasoiko fruta	Eltzeko garbantzuak Barazki paella Sasoiko fruta	Marmitakoa / Lekak Oilasko errea entsaladarekin Sasoiko fruta	Dilistak barazkiekin / Barazkiak Patata tortila entsaladarekin Jogurta naturala	Pasta integrala / Ilarrak Txahal albondigak/Hanburgesa tipula ta perretxikoekin Sasoiko fruta
23 648kcal.-38prot/12koip.54Kh	**24** 891kcal.-57prot/28koip.92Kh	**25** 706kcal.35prot/24koip./60Kh	**26** 820kcal.-30prot/40koip.85Kh	**27** 604kcal.-28prot/19koip.73Kh
Dilistak barazkiekin / Lekak Txerri xolomoa entsaladarekin Sasoiko fruta	Barazki purea Arraina urdina entsaladarekin Jogurta naturala	Haragi paella Barazkiak osoan Sasoiko fruta	Indaba gorriak txorixoarekin / Purea Arrautza frijitua patatekin Sasoiko fruta	Pasta entsalada integrala / Ilarrak Legatza labean entsaladarekin Sasoiko fruta
30 756kcal.-28prot/28koip./93Kh				
Barazki purea / Zerbak Bakailaoa bizkaitar erara Sasoiko fruta				

OGI INTEGRALA

OGI INTEGRALA