

ASTELEHENA	ASTEARTEA 1	ASTEAZKENA 2	OSTEGUNA 3	OSTIRALA 4
	<u>EKO</u> KUJATXO <u>FRESKO</u> KREMA <u>NAFAR JATORRI-IZENEO OLIOAREKIN</u> <u>FOGONERO</u>⁴ <u>FRESKOA</u> LABEAN EGINDA SALTSA BERDEAREKIN LETXUGA BATAVIA, ICEBERG ETA BIRRINDUTAKO AZENARIO FRESKO ENTSALADA FRUTA EKO (SAGARRA) Ogi Integrala¹	<u>EKO</u> AZALORE <u>FRESKOA</u> EGOSIA URDAIAZPIKOA ETA BETXAMELA GAZTAREKIN GRATINATUA <u>EKO</u> DILISTA¹⁵ GUISATUAK AZENARIO ETA PATATAREKIN JOGURT⁷ NATURALA Ogi Integrala¹	<u>EKO</u> LEKAK¹⁵ PATATAREKIN SALTEATUTA OILASKO BULARKI <u>FRESKOA</u> PLANTXAN EGINDA LETXUGA, PIPER GORRI ETA BIRRINDUTAKO AZENARIO FRESKO ENTSALADA FRUTA EKO (UDAREA) Ogi Integrala¹	PASTA¹ <u>INTEGRALEKO</u> ENTSALADA (pasta, letxuga, tomate, artoa eta olibak) <u>NAFAR JATORRI-IZENEO OLIOAREKIN</u> <u>MELVA</u>⁴ <u>FRESKOA</u> LABEAN EGINDA BARATXURI FRIJITUEKIN PIPERRADA (piper gorria, piper berdea eta tipula labea eginda) LARANJA Ogi Integrala¹
7	676 Kcal. 12,7% de Prot. 53,7% Hc. 33,6% de Lip.	702 Kcal. 11,8% de Prot. 55,0% Hc. 34,2% de Lip.	689 Kcal. 13,5% de Prot. 54,5% Hc. 33% de Lip.	712 Kcal. 12,1% de Prot. 55,4% Hc. 32,5% de Lip.
	<u>EKO</u> BROKOLI <u>FRESKOA</u> PATATA EGOSI ETA URDAIAZPIKOA SALTATUTA <u>EKO</u> BABARRUN TXURI¹⁵ ERREGOSIAK BARAZKIEKIN (piperra, porrua) <u>LEGATZA</u>⁴ <u>FRESKOA</u> GISATUA BIRRINDUTAKO TOMATEAREKIN INDIOILAR HARAGI <u>FRESKO</u> GISATUA <u>EKO</u> PATATA TORTILLA (Patata egosia eta arrautza ekologikoak)³ <u>FANEKA</u>⁴ <u>FRESKOA</u> ARRAUTZAZTATUA	<u>EKO</u> BROKOLI <u>FRESKOA</u> PATATA EGOSI ETA URDAIAZPIKOA SALTATUTA <u>EKO</u> BABARRUN TXURI¹⁵ ERREGOSIAK BARAZKIEKIN (piperra, porrua) <u>LEGATZA</u>⁴ <u>FRESKOA</u> GISATUA BIRRINDUTAKO TOMATEAREKIN INDIOILAR HARAGI <u>FRESKO</u> GISATUA <u>EKO</u> PATATA TORTILLA (Patata egosia eta arrautza ekologikoak)³ <u>FANEKA</u>⁴ <u>FRESKOA</u> ARRAUTZAZTATUA	<u>EKO</u> BROKOLI <u>FRESKOA</u> PATATA EGOSI ETA URDAIAZPIKOA SALTATUTA <u>EKO</u> BABARRUN TXURI¹⁵ ERREGOSIAK BARAZKIEKIN (piperra, porrua) <u>LEGATZA</u>⁴ <u>FRESKOA</u> GISATUA BIRRINDUTAKO TOMATEAREKIN INDIOILAR HARAGI <u>FRESKO</u> GISATUA <u>EKO</u> PATATA TORTILLA (Patata egosia eta arrautza ekologikoak)³ <u>FANEKA</u>⁴ <u>FRESKOA</u> ARRAUTZAZTATUA	<u>EKO</u> BROKOLI <u>FRESKOA</u> PATATA EGOSI ETA URDAIAZPIKOA SALTATUTA <u>EKO</u> BABARRUN TXURI¹⁵ ERREGOSIAK BARAZKIEKIN (piperra, porrua) <u>LEGATZA</u>⁴ <u>FRESKOA</u> GISATUA BIRRINDUTAKO TOMATEAREKIN INDIOILAR HARAGI <u>FRESKO</u> GISATUA <u>EKO</u> PATATA TORTILLA (Patata egosia eta arrautza ekologikoak)³ <u>FANEKA</u>⁴ <u>FRESKOA</u> ARRAUTZAZTATUA
14	708 Kcal. 14,0% de Prot. 52% Hc. 34,0% de Lip.	721 Kcal. 13,5% de Prot. 54% Hc. 32,5% de Lip.	703 Kcal. 13,1% de Prot. 53,6% Hc. 33,3% de Lip.	699 Kcal. 13% de Prot. 55,6% Hc. 34,6% de Lip.
15	688 Kcal. 12,3% de Prot. 54% Hc. 33,7% de Lip.	673 Kcal. 13,1% de Prot. 52,9% Hc. 34% de Lip.	717 Kcal. 14% de Prot. 53,9% Hc. 32,1% de Lip.	
16				
17				
18				
19				
20				
21				
22				
23				
24				
25				
26				
27				
28				
29				
30				
31				
32				
33				
34				
35				
36				
37				
38				
39				
40				
41				
42				
43				
44				
45				
46				
47				
48				
49				
50				
51				
52				
53				
54				
55				
56				
57				
58				
59				
60				
61				
62				
63				
64				
65				
66				
67				
68				
69				
70				
71				
72				
73				
74				
75				
76				
77				
78				
79				
80				
81				
82				
83				
84				
85				
86				
87				
88				
89				
90				
91				
92				
93				
94				
95				
96				
97				
98				
99				
100				

ALERGENOS: 1.Cereales con gluten 2.Crustáceos 3.Huevo 4.Pescado 5.Cacahuete 6.Soja 7.Leches y derivados 8.Frutos de cáscara 9.Apio 10.Mostaza 11.Granos de Sésamo 12.Dióxido de azufre y Sulfitos 13.Altramuzes 14.Moluscos 15.Legumbres

*TODAS LAS COMIDAS SE ACOMPAÑAN DE AGUA COMO BEBIDA *TODOS LOS PLATOS SE COCINAN CON SAL YODADA *TIPO DE ACEITE: OLIVA INTENSO PARA COCINAR, ALTO OLEICO PARA FREIR Y ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA PARA ALIAR