



MENÚ PURÉS 2021-2022 PURE MENUA

| ASTELEHENA LUNES | ASTEARTEA MARTES | ASTEAZKENA MIÉRCOLES | OSTEGUNA JUEVES | OSTIRALA VIERNES |
|--|--|---|---|--|
| BARAZKI, PASTA ETA ARRAULTZ PUREA PURÉ DE VERDURAS, PASTA Y HUEVO | BARAZKI, PASTA ETA ARRAIN PUREA PURÉ DE VERDURAS, PASTA Y PESCADO | BARAZKI, ARROZA ETA DILISTA PUREA PURÉ DE VERDURAS, ARROZ Y LENTEJAS | BARAZKI, PATATA ETA OILASKO PUREA PURÉ DE VERDURAS, PATATA Y POLLO | BARAZKI, PATATA ETA TXAHALKI PUREA PURÉ DE VERDURAS, PATATA Y TERNERA |
| FRUTA | FRUTA | FRUTA | FRUTA | FRUTA |

| ASTELEHENA LUNES | ASTEARTEA MARTES | ASTEAZKENA MIÉRCOLES | OSTEGUNA JUEVES | OSTIRALA VIERNES |
|--|--|--|---|--|
| BARAZKI, OLO ETA ARRAULTZ PUREA PURÉ DE VERDURAS, AVENA Y HUEVO | BARAZKI, PASTA ETA ARRAIN PUREA PURÉ DE VERDURAS, PASTA Y PESCADO | BARAZKI, ARTATXIKI ETA TXITXIRIO PUREA PURÉ DE VERDURAS, MIJO Y GARBANZOS | BARAZKI, PATATA ETA OILASKO PUREA PURÉ DE VERDURAS, PATATA Y POLLO | BARAZKI, PATATA ETA TXAHALKI PUREA PURÉ DE VERDURAS, PATATA Y TERNERA |
| FRUTA | FRUTA | FRUTA | FRUTA | FRUTA |

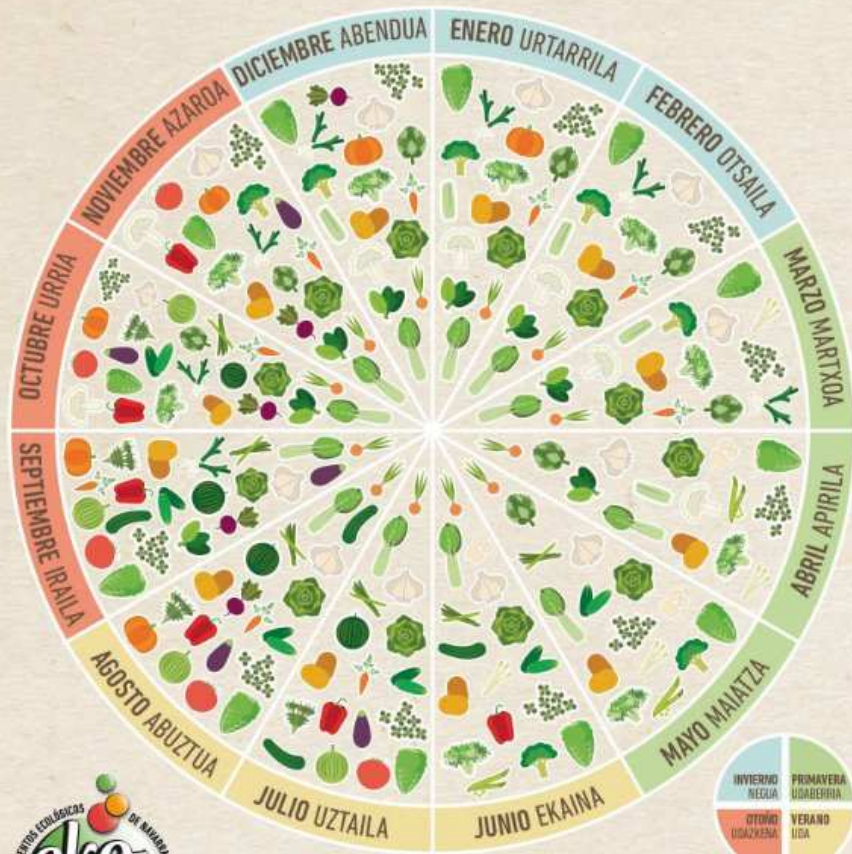
| ASTELEHENA LUNES | ASTEARTEA MARTES | ASTEAZKENA MIÉRCOLES | OSTEGUNA JUEVES | OSTIRALA VIERNES |
|--|--|---|---|--|
| BARAZKI, ARROZA ETA ARRAULTZ PUREA PURÉ DE VERDURAS, ARROZ Y HUEVO | BARAZKI, PATATA ETA ARRAIN PUREA PURÉ DE VERDURAS, PATATA Y PESCADO | BARAZKI, GARAGAR ETA DILISTA PUREA PURÉ DE VERDURAS, CEBADA Y LENTEJAS | BARAZKI, PATATA ETA OILASKO PUREA PURÉ DE VERDURAS, PATATA Y POLLO | BARAZKI, PASTA ETA TXAHALKI PUREA PURÉ DE VERDURAS, PASTA Y TERNERA |
| FRUTA | FRUTA | FRUTA | FRUTA | FRUTA |

| ASTELEHENA LUNES | ASTEARTEA MARTES | ASTEAZKENA MIÉRCOLES | OSTEGUNA JUEVES | OSTIRALA VIERNES |
|--|---|---|---|---|
| BARAZKI, ARTATXIKI ETA ARRAULTZ PUREA PURÉ DE VERDURAS, MIJO Y HUEVO | BARAZKI, ARROZA ETA ARRAIN PUREA PURÉ DE VERDURAS, ARROZ Y PESCADO | BARAZKI, ARTATXIKI ETA BABARRUN PUREA PURÉ DE VERDURAS, MIJO Y ALUBIAS | BARAZKI, PATATA ETA OILASKO PUREA PURÉ DE VERDURAS, PATATA Y POLLO | BARAZKI, PATATA ETA ZALDIKI PUREA PURÉ DE VERDURAS, PATATA Y POTRO |
| FRUTA | FRUTA | FRUTA | FRUTA | FRUTA |



| LUNES ASTELEHENA | MARTES ASTEARTEA | MIÉRCOLES ASTEAZKENA | JUEVES OSTEGUNA | VIERNES OSTIRALA |
|---------------------|---------------------|-------------------------|--------------------|---------------------|
| FRUTA | PAN OGIA | FRUTA | PAN OGIA | FRUTA |

ÉPOCAS DE CONSUMO EN NAVARRA KONTSUMO-SASOIAK NAFARROAN



| | ENE | FEB | MAR | ABR | MAY | JUN | JUL | AGO | SEP | OCT | NOV | DIC |
|-----------------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| | URT | OTS | MAR | API | MAI | EKA | UZT | ABU | IRA | URR | AZA | ABE |
| ACELGA ZERBA | | | | | | | | | | | | |
| ACHICORIA TXIKORIA | | | | | | | | | | | | |
| AJO BARATXURIA | | | | | | | | | | | | |
| ALCACHOFA ORGURUA | | | | | | | | | | | | |
| BERENJENA ALBERJINA | | | | | | | | | | | | |
| BORRAJA BORRAJA | | | | | | | | | | | | |
| BRÓCOLI BROKOLI | | | | | | | | | | | | |
| CALABACÍN KUATXO | | | | | | | | | | | | |
| CALABAZA KUJA | | | | | | | | | | | | |
| CANÓDIGOS KANONIGOAK | | | | | | | | | | | | |
| CARDO KAROU | | | | | | | | | | | | |
| CEBOLLA TIPULA | | | | | | | | | | | | |
| COLIFLOR AZALORE | | | | | | | | | | | | |
| ESCAROLA ESKAROLA | | | | | | | | | | | | |
| ESPÁRRAGOS ZAINZURIAK | | | | | | | | | | | | |
| ESPINACAS ESPINAKAK | | | | | | | | | | | | |
| GUISANTES ILARRAK | | | | | | | | | | | | |
| HABAS BABAK | | | | | | | | | | | | |
| JUDIÁS LEKAK | | | | | | | | | | | | |
| LECHUGA URAZA | | | | | | | | | | | | |
| MELÓN MELDIA | | | | | | | | | | | | |
| PATATA PATATA | | | | | | | | | | | | |
| PEPINO LUZOKER | | | | | | | | | | | | |
| PIMENTO PIPERRA | | | | | | | | | | | | |
| PUERRO PORRUA | | | | | | | | | | | | |
| REMOLACHA ERREMOLATXA | | | | | | | | | | | | |
| SANDÍA SANDIA | | | | | | | | | | | | |
| TOMATE TOMATEA | | | | | | | | | | | | |
| ZANAHORIA AZENARIO | | | | | | | | | | | | |



Departamento de Medio Ambiente y Sostenibilidad

CPAEN NNPEK



www.navarraecologica.org
www.cpaen.org