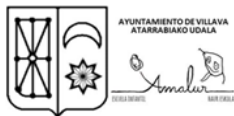


# MENÚ SEMANAL ASTEKO MENUA



	LUNES ASTELEHENA	MARTES ASTEARTEA	MIÉRCOLES ASTEAZKENA	JUEVES OSTEGUNA	VIERNES OSTIRALA	SÁBADO LARUNBATA	DOMINGO IGANDEA
DESAYUNO	*PROTEÍNA + CARBOHIDRATO	*PROTEÍNA + CARBOHIDRATO	*PROTEÍNA + CARBOHIDRATO	*PROTEÍNA + CARBOHIDRATO	*PROTEÍNA + CARBOHIDRATO	*PROTEÍNA + CARBOHIDRATO	*PROTEÍNA + CARBOHIDRATO
GOSARIA	*PROTEINA + KARBOHIDRATO	*PROTEINA + KARBOHIDRATO	*PROTEINA + KARBOHIDRATO	*PROTEINA + KARBOHIDRATO	*PROTEINA + KARBOHIDRATO	*PROTEINA + KARBOHIDRATO	*PROTEINA + KARBOHIDRATO
ALMUERZO HAMARRETAKOA	LÁCTEO/ESNEKIA	FRUTA/FRUTA	LÁCTEO/ESNEKIA	FRUTA/FRUTA	LÁCTEO/ESNEKIA	FRUTA/FRUTA	LÁCTEO/ESNEKIA
COMIDA	BORRAJA CON PATATA MUSLITOS DE POLLO AL HORNO	MACARRONES CON TOMATE FILETE DE MERLUZA REBOZADO	COLIFLOR CON REFRITO ALBÓNDIGAS CASERAS	ENSALADA DE TOMATE LENTEJAS CON ARROZ	SOPA DE LETRAS BACALAO CON PIPERRADA	ENSALADA VERDE POCHAS CON ALMEJAS	ESPAGUETIS BOLOÑESA BATIDO DE FRUTAS Y YOGUR
BAZKARIA	BORRAIA PATATAREKIN OILASKO IZTERRAK LABEAN	MAKARROIAK TOMATEAREKIN LEGATZ XERRA ARRAULTZEZTATUA	AZALOREA REFRITOAREKIN ETXEKO TXITXIPILOTAK	TOMATE ENTSALADA DILISTAK ARROZAREKIN	LETRA ZOPA BAKAILAO PIPERRAREKIN	ENTSALADA BERDEA POTXAK TXIRLEKIN	ESPAGETIAK BOLOÑESA ERARA JOGURTA eta FRUTA IRABIAKIA
MERIENDA ASKARIA	FRUTA	BOCADILLO OGITARTEKO	FRUTA	BOCADILLO OGITARTEKO	FRUTA	CREPS CON CHOCOLATE KREPEAK TXOKOLATEAREKIN	BIZCOCHO DE ZANAHORIA AZENARIO BIZKOTXOA
CENA	CROQUETAS CASERAS DE BACALAO Y LECHUGA	CREMA DE ZANAHORIA FILETE DE PAVO PLANCHA	TORTILLA DE CALABACÍN Y JAMÓN	PURÉ DE VERDURA QUESO FRESCO Y JAMÓN DE PAVO	PIZZA CASERA	ALITAS DE POLLO AL AJILLO Y VERDURAS PLANCHA	HUEVOS CON VERDURAS AL HORNO
AFARIA	ETXEKO BAKAILAO KROKETAK LETXUGAREKIN	AZENARIO KREMA INDIOILAR XERRA PLANTXAN	KUIATXO ETA URDAIAZPIKO TORTILLA	BARAZKI PURE GAZTA FRESCO ETA INDIOILAR URDAIAZPIKO	ETXEKO PIZZA	OILASKO HEGOAK AJILLO ERARA ETA BARAZKIAK PLANTXAN	ARRAULTZAK BARAZKIEKIN LABEAN

\* PROTEINA: LECHE ANIMAL, LÁCTEOS, CUALQUIER TIPO DE EMBUTIDO \*PROTEINA: ESNE,ESNEKIA, HESTEBETEA

\*CARBOHIDRATO: PAN, CEREALES, FRUTA \*KARBOHIDRATO: OGIA, CEREALAK, FRUTA