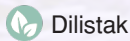


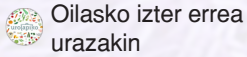
sukalde giroan urtarrila

ASTELEHENA

7



Dilistak



Oilasko izter errea urazakin

Mertxika almibarrean

Kcal: 617
Hc: 79

Lip: 18
Pr: 38

ASTEARTEA

8



Barazki purea



Legatz freskoa saltsa berdean

Jogurta

Kcal: 608
Hc: 77

Lip: 21
Pr: 30

ASTEAZKENA

9

Babarrun zuriak

Solomo ontzutua plantxan piper gorriekin

Fruta

Kcal: 733
Hc: 93

Lip: 22
Pr: 45

OSTEGUNA

10



Makarroiak tomatearekin



Patata tortila urazakin



Etxeko natilak

Kcal: 963
Hc: 125

Lip: 40
Pr: 33

OSTIRALA

11

Lekak patatekin



Hegalaburra freskoa tomate eta piper gorriekin

Fruta

Kcal: 804
Hc: 92

Lip: 34
Pr: 37

14



Barazki paella

Txahal gisatua barazkitxoekin

Jogurta

Kcal: 812
Hc: 117

Lip: 21
Pr: 46

15



Barazki purea



Atun enpanadillak urazakin

Aktimela

Kcal: 847
Hc: 105

Lip: 40
Pr: 19

16

Arrain zopa

Errusiar txahal xerra saltsan

Fruta

Kcal: 651
Hc: 73

Lip: 28
Pr: 28

17



Makarroiak tomate eta gaztarekin

Legatz xerra labean piper berdeekin

Jogurta

Kcal: 844
Hc: 107

Lip: 33
Pr: 37

18

Txitxirioak

Oilasko paparra saltsa horian

Fruta

Kcal: 916
Hc: 105

Lip: 35
Pr: 51

21

Patatak errioxako erara



Kroketak urazakin

Fruta

Kcal: 909
Hc: 127

Lip: 36
Pr: 26

22



Barazki purea

Bakailaoa tomatearekin

Jogurta

Kcal: 868
Hc: 90

Lip: 30
Pr: 64

23



Arroza tomatearekin

Oilasko izter errea barregorriekin

Fruta

Kcal: 749
Hc: 123

Lip: 18
Pr: 31

24

Hegazti eta eltzeko zopa izarrekin

Txahal zangarra tomatearekin



Kakao esnearekin

Kcal: 688
Hc: 72

Lip: 22
Pr: 54

25



Dilistak



Patata tortila urazakin

Fruta

Kcal: 835
Hc: 110

Lip: 31
Pr: 36

28



Kiribilak tomatearekin



Legatz xerra erromako erara urazakin

Jogurta

Kcal: 890
Hc: 108

Lip: 38
Pr: 36

29



Barazki purea



Arrautza frijituak patatekin

Fruta

Kcal: 657
Hc: 86

Lip: 28
Pr: 19

30



Dilistak



Arroza tomatearekin

Jogurta

Kcal: 865
Hc: 157

Lip: 16
Pr: 33

31

Porrusalda

Solomo ragouta barazkitxoekin

Fruta

Kcal: 700
Hc: 79

Lip: 27
Pr: 40



Urolapiko



Lehen plateren bultzada



Gorrotxategi arrautzak



Arrain freskoa



Ekologikoa



Urraki esnea