

# Hileroko menua

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES


JUEVES

VIERNES



iconografía

CLICK-a AQUÍ



**02**   
AZALOREA PATATEKIN  
URDAIAZPIKO XERRA PLANTXAN  
TOMATE FRESKOA  
FRUTA  
Cal. 757 H.C. 68 Lip. 41 P. 34

**03**  
HEGAZTI ETA ELTZEKO ZOPA IZARREKIN  
INDIOILAR ERREGOSIA  
BARAZKITXOAK  
FRUTA  
Cal. 523 H.C. 73 Lip. 8 P. 42

**04**    
ESPIRALAK NAPOLIAR ERARA  
SARDINAK  
URAZA  
FRUTA  
Cal. 971 H.C. 138 Lip. 37 P. 27

**05**   
TXITXIRIOAK ESPINAKEKIN  
PATATA TORTILA  
URAZA  
Cal. 779 H.C. 63 Lip. 43 P. 39

**06**  
AZENARIO PUREA  
TXAHAL ZANGARRA PIPERRADAREKIN  
FRUTA  
Cal. 678 H.C. 76 Lip. 24 P. 42



**proyecto educativo**  
CLICK-a AQUÍ



**recomendaciones nutricionales**  
CLICK-a AQUÍ


**Massana impulsa**  
CLICK-a AQUÍ


**09**  
ESPINAKA PUREA  
ALBONDIGAK SALTSAN  
BARAZKITXOEKIN  
FRUTA  
Cal. 760 H.C. 74 Lip. 39 P. 31

**10**  
MAKARROIAK BARRENGORRI ETA  
KALABAZINAREKIN SALTEATUAK  
ATUNA TOMATEAREKIN  
FRUTA  
Cal. 873 H.C. 106 Lip. 33 P. 45


**11**    
ARRAIN ZOPA  
TXAHAL XERRA OGI ARRAILETAN PASATUTA  
LAU URTAROKO ENTSALADA  
JOGURTA  
Cal. 721 H.C. 63 Lip. 36 P. 38


**12**    
ARROZA TOMATEAREKIN  
DILISTA EKOLOGIKOAK  
FRUTA  
Cal. 823 H.C. 154 Lip. 14 P. 30


**13**   
LEONEKO BABARRUN NABARRAK  
LEGATZ FRESKOA LABEAN  
PANADERA PATATA  
FRUTA  
Cal. 714 H.C. 95 Lip. 23 P. 38


**16**   
PATATAK ERRIOXAKO ERARA  
ARRAUTZA GRATINATUAK  
FRUTA  
Cal. 831 H.C. 100 Lip. 35 P. 37



**17**  
BABARRUN ZURIAK  
BAKAILAOA AJOARRIERO ERARA  
FRUTA  
Cal. 684 H.C. 97 Lip. 17 P. 42



**18**   
LEKAK PATATEKIN  
OILASKO ESKALOPEA GAZI-GOZO SALTSA ETA  
ASIATAR BARAZKITXOEKIN  
TOMATE FRESKOA  
Cal. 701 H.C. 71 Lip. 31 P. 39


**19**   
ZERBA PUREA  
LEGATZ XERRA LABEAN PANADERA  
PATATEKIN  
FRUTA  
Cal. 626 H.C. 80 Lip. 24 P. 26

**20**   
MAKARROIAK TOMATEAREKIN  
TXAHAL GISATUA  
BARAZKITXOAK  
JOGURTA  
Cal. 809 H.C. 108 Lip. 22 P. 50

**23**   
DILISTAK  
ERRUSIAR TXAHAL XERRA SALTSAN  
ILARREKIN  
FRUTA  
Cal. 760 H.C. 98 Lip. 24 P. 42

**24**    
KIRIBILAK TOMATEAREKIN  
PATATA TORTILA  
LAU URTAROKO ENTSALADA  
FRUTA  
Cal. 914 H.C. 126 Lip. 35 P. 30

**25**    
TXITXIRIOAK ARROZ INTEGRALAREKIN  
LEGATZ FRESKOA LABEAN  
LIMOIA  
JOGURTA  
Cal. 691 H.C. 86 Lip. 24 P. 37

**26**   
KALABAZA PUREA  
SOLOMO RAGOUTA BARAZKITXOEKIN  
FRUTA  
Cal. 668 H.C. 71 Lip. 27 P. 39

**27**  
BARAZKI PAELLA  
OILASKO IZTER ERREA  
BARRENGORRIAK  
FRUTA  
Cal. 716 H.C. 109 Lip. 21 P. 30

**30**  
PORRUSALDA  
INDIOILAR GISATUA  
AZENARIOA  
FRUTA  
Cal. 573 H.C. 71 Lip. 17 P. 36



**IS**