



Menu

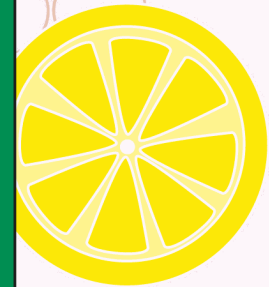
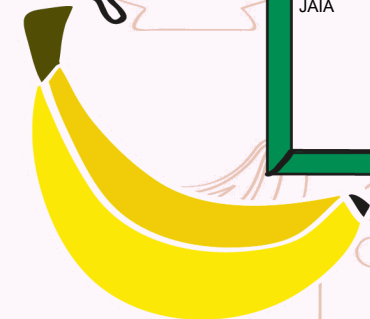
EKAINA

ARRAINARIK EZ



Astelehena	Martitzena	Eguaztena	Eguena	Barikua
		1 Kcal:937-Prot:51-Lip:41-HC:96 - Babarrun zuriak bertako barazkiekin - Txerri-txuleta labean entsaladarekin - Jogurta - Ogia integrala	2 Kcal:665-Prot:33-Lip:10-HC:116 - Arroza tomatearekin - Indioilar bukarkia txanpinoiekin - Fruta freskoa - Ogia	3 Kcal:810-Prot:47-Lip:24-HC:107 - Espageti italiarrak - Solomo ontzutua entsaladarekin (d) - Fruta freskoa - Ogia
6 Kcal:543-Prot:35-Lip:21-HC:62 - Lekak eta azenario purea - Oilasko-bularkia entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	7 Kcal:775-Prot:39-Lip:20-HC:117 - Barazki-paella - Solomo ontzutua entsaladarekin (d) - Fruta freskoa - Ogia	8 Kcal:627-Prot:44-Lip:17-HC:78 - Bertoko barazki krema ogi integral txigortuarekin - Indioilar gisatua piper gorriekin - Jogurta - Ogia integrala	9 Kcal:788-Prot:35-Lip:33-HC:94 - Garbantuak bertako barazkiekin - Arrautza frijituak patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	10 Kcal:899-Prot:42-Lip:38-HC:104 - Barraskiloak tomatearekin - Txerri-txuleta labean entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia
13 Kcal:812-Prot:33-Lip:8-HC:157 - Dilistak bertako barazkiekin - Arroza tomatearekin - Fruta freskoa - Ogia	14 Kcal:803-Prot:26-Lip:42-HC:84 - Azenario krema - Albondigak jardineran (d) - Fruta freskoa - Ogia	15 Kcal:915-Prot:49-Lip:33-HC:108 - Kiribilak aurora saltsan - Oilasko-bularkia entsaladarekin - Jogurta - Ogia integrala	16 Kcal:643-Prot:21-Lip:24-HC:92 - Bertako kalabaza-krema ogi integral txigortuekin - Arrautza frijituak entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	17 Kcal:752-Prot:50-Lip:18-HC:102 - Babarrun gorriak bertako barazkiekin - Solomo ontzutua piper gorriekin (d) - Fruta freskoa - Ogia
20 Kcal:715-Prot:38-Lip:33-HC:72 - Porrusalda krema ogi integral txigortuekin - Arrautza frijituak urdaiazpikoarekin - Fruta freskoa - Ogia	21 Kcal:716-Prot:43-Lip:16-HC:106 - Makarroi integralak tomatekin - Oilasko-bularkia patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	22 Kcal:863-Prot:55-Lip:25-HC:105 - Dilistak bertako barazkiekin - Txahal-gisatua - Edateko jogurta - Ogia integrala	23 JAIA	24 JAIA
27 JAIA	28 JAIA	29 JAIA	30 JAIA	

Haragi-bolak eta hanburesak kilometro 0-koak dira. Txahalkia saltsan prestatzeko kalitateko 'EUSKAL OKELA' erabiltzen dogu. Bertako ortuariak erabiltzen doguz.





EKAINA

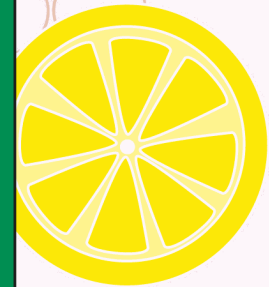
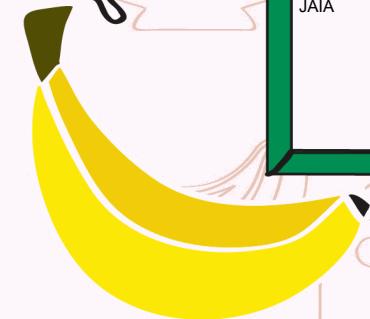
ARRAINARIK EZ, KIWIRIK EZ,
PLATANORIK EZ



Menu

Astelehena	Martitzena	Eguaztena	Eguena	Barikua
		1 Kcal:937-Prot:51-Lip:41-HC:96 - Babarrun zuriak bertako barazkiekin - Txerri-txuleta labean entsaladarekin - Jogurta - Ogia integrala	2 Kcal:665-Prot:33-Lip:10-HC:116 - Arroza tomatearekin - Indioilar bukarkia txanpinoiekin - Fruta freskoa - Ogia	3 Kcal:810-Prot:47-Lip:24-HC:107 - Espageti italiarrak - Solomo ontzutua entsaladarekin (d) - Fruta freskoa - Ogia
6 Kcal:543-Prot:35-Lip:21-HC:62 - Lekak eta azenario purea - Oilasko-bularkia entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	7 Kcal:775-Prot:39-Lip:20-HC:117 - Barazki-paella - Solomo ontzutua entsaladarekin (d) - Fruta freskoa - Ogia	8 Kcal:627-Prot:44-Lip:17-HC:78 - Bertoko barazki krema ogi integral txigortuarekin - Indioilar gisatua piper gorriekin - Jogurta - Ogia integrala	9 Kcal:788-Prot:35-Lip:33-HC:94 - Garbantuak bertako barazkiekin - Arrautza frijituak patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	10 Kcal:899-Prot:42-Lip:38-HC:104 - Barraskiloak tomatearekin - Txerri-txuleta labean entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia
13 Kcal:812-Prot:33-Lip:8-HC:157 - Dilistak bertako barazkiekin - Arroza tomatearekin - Fruta freskoa - Ogia	14 Kcal:803-Prot:26-Lip:42-HC:84 - Azenario krema - Albondigak jardineran (d) - Fruta freskoa - Ogia	15 Kcal:915-Prot:49-Lip:33-HC:108 - Kiribilak aurora saltsan - Oilasko-bularkia entsaladarekin - Jogurta - Ogia integrala	16 Kcal:643-Prot:21-Lip:24-HC:92 - Bertako kalabaza-krema ogi integral txigortuekin - Arrautza frijituak entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	17 Kcal:752-Prot:50-Lip:18-HC:102 - Babarrun gorriak bertako barazkiekin - Solomo ontzutua piper gorriekin (d) - Fruta freskoa - Ogia
20 Kcal:715-Prot:38-Lip:33-HC:72 - Porrusalda krema ogi integral txigortuekin - Arrautza frijituak urdaiazpikoarekin - Fruta freskoa - Ogia	21 Kcal:716-Prot:43-Lip:16-HC:106 - Makarroi integralak tomatekin - Oilasko-bularkia patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	22 Kcal:863-Prot:55-Lip:25-HC:105 - Dilistak bertako barazkiekin - Txahal-gisatua - Edateko jogurta - Ogia integrala	23 JAIA	24 JAIA
27 JAIA	28 JAIA	29 JAIA	30 JAIA	

Haragi-bolak eta hanburgesak kilometro 0-koak dira. Txahalkia saltsan prestatzeko kalitateko 'EUSKAL OKELA' erabiltzen dogu. Bertako ortuariak erabiltzen doguz.





Menu



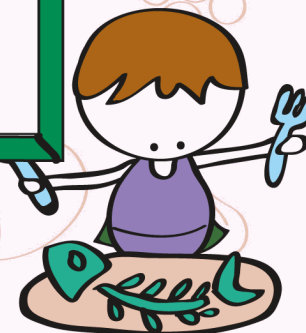
EKAINA

ARRAUTZARIK EZ



Astelehena	Martitzena	Eguaztena	Eguena	Barikua
		1 Kcal:694-Prot:48-Lip:18-HC:90 - Babarrun zuriak bertako barazkiekin - Bakailaoa labeen entsaladarekin - Jogurta - Ogia integrala	2 Kcal:665-Prot:33-Lip:10-HC:116 - Arroza tomatearekin - Indioilar bukarkia txanpinoiekin - Fruta freskoa - Ogia	3 Kcal:440-Prot:24-Lip:17-HC:48 - Espageti italiarrak (zd) - Legatza labeen entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia
6 Kcal:674-Prot:39-Lip:27-HC:78 - Lekak eta azenario purea - Hegalaburra labeen entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	7 Kcal:775-Prot:39-Lip:20-HC:117 - Barazki-paella - Solomo ontzutua entsaladarekin (d) - Fruta freskoa - Ogia	8 Kcal:627-Prot:44-Lip:17-HC:78 - Bertoko barazki krema ogi integral txigortuarekin - Indioilar gisatua piper gorriekin - Jogurta - Ogia integrala	9 Kcal:926-Prot:50-Lip:39-HC:100 - Garbantzuak bertako barazkiekin - Txerri-txuleta labeen piper gorriekin - Fruta freskoa - Ogia	10 Kcal:912-Prot:27-Lip:34-HC:122 - Makarroiak tomatearekin (zd) - Bakailaoa labeen piper gorriekin - Fruta freskoa - Ogia
13 Kcal:812-Prot:33-Lip:8-HC:157 - Dilistak bertako barazkiekin - Arroza tomatearekin - Fruta freskoa - Ogia	14 Kcal:803-Prot:26-Lip:42-HC:84 - Azenario krema - Albondigak jardineran (d) - Fruta freskoa - Ogia	15 Kcal:768-Prot:40-Lip:24-HC:100 - Makarroiak tomatearekin (zd) - Oilasko-bularkia entsaladarekin - Jogurta - Ogia integrala	16 Kcal:655-Prot:38-Lip:22-HC:81 - Bertako kalabaza-krema ogi integral txigortuekin - Solomo ontzutua entsaladarekin (d) - Fruta freskoa - Ogia	17 Kcal:708-Prot:42-Lip:19-HC:98 - Babarrun gorriak bertako barazkiekin - Legatza labeen piper gorriekin - Fruta freskoa - Ogia
20 Kcal:549-Prot:34-Lip:16-HC:72 - Porrusalda krema ogi integral txigortuekin - Legatza labeen entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	21 Kcal:867-Prot:35-Lip:28-HC:119 - Makarroiak tomatearekin (zd) - Oilasko-bularkia patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	22 Kcal:863-Prot:55-Lip:25-HC:105 - Dilistak bertako barazkiekin - Txahal-gisatua - Edateko jogurta - Ogia integrala	23 JAIA	24 JAIA
27 JAIA	28 JAIA	29 JAIA	30 JAIA	

Haragi-bolak eta hanburgesak kilometro 0-koak dira. Txahalkia saltsan prestatzeko kalitateko 'EUSKAL OKELA' erabiltzen dogu. Bertako ortuariak erabiltzen doguz.





Menu



EKAINA

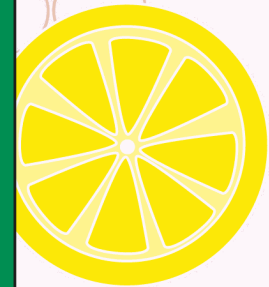
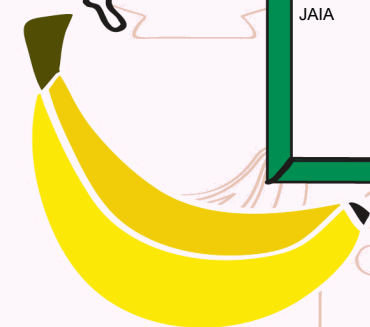
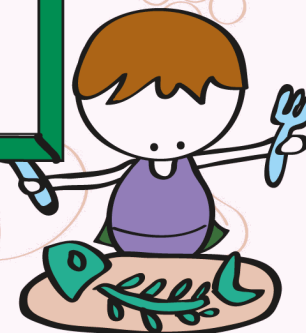
ARRAUTZARIK EZ, BEHI ESNEA
ETA ESNEKIRK (LAKTOSA
BARNE) EZ



BEGONAZPI IKASTOLA

Astlehena	Martitzena	Eguaztena	Eguena	Barikua
		1 Kcal:791-Prot:43-Lip:25-HC:101 - Babarrun zuriak bertako barazkiekin - Bakailaoa labeen entsaladarekin - Sojako postrea - Ogia integrala	2 Kcal:665-Prot:33-Lip:10-HC:116 - Arroza tomatearekin - Indioilar bukarkia txanpinoiekin - Fruta freskoa - Ogia	3 Kcal:440-Prot:24-Lip:17-HC:48 - Espageti italiarrak (zd) - Legatza labeen entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia
6 Kcal:674-Prot:39-Lip:27-HC:78 - Lekak eta azenario purea - Hegalaburra labeen entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	7 Kcal:775-Prot:39-Lip:20-HC:117 - Barazki-paella - Solomo ontzutua entsaladarekin (d) - Fruta freskoa - Ogia	8 Kcal:613-Prot:42-Lip:16-HC:78 - Bertoko barazki krema ogi integral txigortuekin - Indioilar gisatua piper gorriekin - Sojako postrea - Ogia integrala	9 Kcal:926-Prot:50-Lip:39-HC:100 - Garbantzuak bertako barazkiekin - Txerri-txuleta labeen piper gorriekin - Fruta freskoa - Ogia	10 Kcal:912-Prot:27-Lip:34-HC:122 - Makarroiak tomatearekin (zd) - Bakailaoa labeen piper gorriekin - Fruta freskoa - Ogia
13 Kcal:812-Prot:33-Lip:8-HC:157 - Dilistak bertako barazkiekin - Arroza tomatearekin - Fruta freskoa - Ogia	14 Kcal:803-Prot:26-Lip:42-HC:84 - Azenario krema - Albondigak jardineran (d) - Fruta freskoa - Ogia	15 Kcal:754-Prot:38-Lip:23-HC:100 - Makarroiak tomatearekin (zd) - Oilasko-bularkia entsaladarekin - Sojako postrea - Ogia integrala	16 Kcal:655-Prot:38-Lip:22-HC:81 - Bertako kalabaza-krema ogi integral txigortuekin - Solomo ontzutua entsaladarekin (d) - Fruta freskoa - Ogia	17 Kcal:708-Prot:42-Lip:19-HC:98 - Babarrun gorriak bertako barazkiekin - Legatza labeen piper gorriekin - Fruta freskoa - Ogia
20 Kcal:549-Prot:34-Lip:16-HC:72 - Porrusalda krema ogi integral txigortuekin - Legatza labeen entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	21 Kcal:867-Prot:35-Lip:28-HC:119 - Makarroiak tomatearekin (zd) - Oilasko-bularkia patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	22 Kcal:841-Prot:54-Lip:24-HC:101 - Dilistak bertako barazkiekin - Txahal-gisatua - Sojako postrea - Ogia integrala	23 JAIA	24 JAIA
27 JAIA	28 JAIA	29 JAIA	30 JAIA	

Haragi-bolak eta hanburgesak kilometro 0-koak dira. Txahalkia saltsan prestatzeko kalitateko 'EUSKAL OKELA' erabiltzen dogu. Bertako ortuariak erabiltzen doguz.





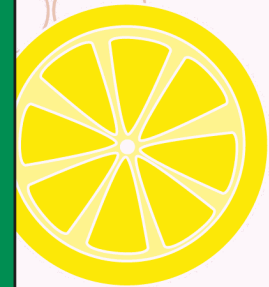
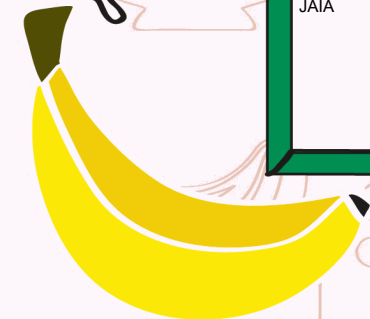
Menu

EKAINA

ARRAUTZARIK EZ, FRUITU
LEHORRIK EZ



Astelehena	Martitzena	Eguaztena	Eguena	Barikua
		1 Kcal:694-Prot:48-Lip:18-HC:90 - Babarrun zuriak bertako barazkiekin - Bakailaoa labeen entsaladarekin - Jogurta - Ogia integrala	2 Kcal:665-Prot:33-Lip:10-HC:116 - Arroza tomatearekin - Indioilar bukarkia txanpinoiekin - Fruta freskoa - Ogia	3 Kcal:440-Prot:24-Lip:17-HC:48 - Espageti italiarrak (zd) - Legatza labeen entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia
6 Kcal:674-Prot:39-Lip:27-HC:78 - Lekak eta azenario purea - Hegalaburra labeen entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	7 Kcal:775-Prot:39-Lip:20-HC:117 - Barazki-paella - Solomo ontzutua entsaladarekin (d) - Fruta freskoa - Ogia	8 Kcal:627-Prot:44-Lip:17-HC:78 - Bertoko barazki krema ogi integral txigortuarekin - Indioilar gisatua piper gorriekin - Jogurta - Ogia integrala	9 Kcal:926-Prot:50-Lip:39-HC:100 - Garbantzuak bertako barazkiekin - Txerri-txuleta labeen piper gorriekin - Fruta freskoa - Ogia	10 Kcal:912-Prot:27-Lip:34-HC:122 - Makarroiak tomatearekin (zd) - Bakailaoa labeen piper gorriekin - Fruta freskoa - Ogia
13 Kcal:812-Prot:33-Lip:8-HC:157 - Dilistak bertako barazkiekin - Arroza tomatearekin - Fruta freskoa - Ogia	14 Kcal:803-Prot:26-Lip:42-HC:84 - Azenario krema - Albondigak jardineran (d) - Fruta freskoa - Ogia	15 Kcal:768-Prot:40-Lip:24-HC:100 - Makarroiak tomatearekin (zd) - Oilasko-bularkia entsaladarekin - Jogurta - Ogia integrala	16 Kcal:655-Prot:38-Lip:22-HC:81 - Bertako kalabaza-krema ogi integral txigortuekin - Solomo ontzutua entsaladarekin (d) - Fruta freskoa - Ogia	17 Kcal:708-Prot:42-Lip:19-HC:98 - Babarrun gorriak bertako barazkiekin - Legatza labeen piper gorriekin - Fruta freskoa - Ogia
20 Kcal:549-Prot:34-Lip:16-HC:72 - Porrusalda krema ogi integral txigortuekin - Legatza labeen entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	21 Kcal:867-Prot:35-Lip:28-HC:119 - Makarroiak tomatearekin (zd) - Oilasko-bularkia patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	22 Kcal:863-Prot:55-Lip:25-HC:105 - Dilistak bertako barazkiekin - Txahal-gisatua - Edateko jogurta - Ogia integrala	23 JAIA	24 JAIA
27 JAIA	28 JAIA	29 JAIA	30 JAIA	



Haragi-bolak eta hanburgesak kilometro 0-koak dira. Txahalkia saltsan prestatzeko kalitateko 'EUSKAL OKELA' erabiltzen dogu. Bertako ortuariak erabiltzen doguz.



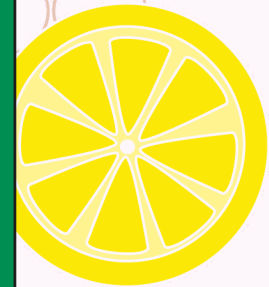
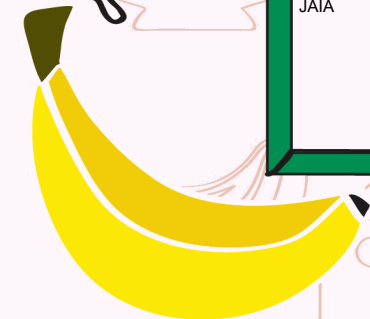
Menu

EKAINA

BEHI ESNEA ETA ESNEKIRIK
(LAKTOSA BARNE) EZ



Astelehena	Martitzena	Eguaztena	Eguena	Barikua
		1 Kcal:776-Prot:50-Lip:23-HC:97 - Babarrun zuriak bertako barazkiekin - Bakailaoa arrautzaztatua entsaladarekin - Sojako postrea - Ogia integrala	2 Kcal:665-Prot:33-Lip:10-HC:116 - Arroza tomatearekin - Indioilar bukarkia txanpinoiekin - Fruta freskoa - Ogia	3 Kcal:704-Prot:42-Lip:18-HC:99 - Espageti italiarrak - Legatza labean entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia
6 Kcal:674-Prot:39-Lip:27-HC:78 - Lekak eta azenario purea - Hegalaburra labean entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	7 Kcal:775-Prot:39-Lip:20-HC:117 - Barazki-paella - Solomo ontzutua entsaladarekin (d) - Fruta freskoa - Ogia	8 Kcal:613-Prot:42-Lip:16-HC:78 - Bertoko barazki krema ogi integral txigortuekin - Indioilar gisatua piper gorriekin - Sojako postrea - Ogia integrala	9 Kcal:788-Prot:35-Lip:33-HC:94 - Garbantuak bertako barazkiekin - Arrautza frijituak patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	10 Kcal:675-Prot:37-Lip:17-HC:98 - Barraskiloak tomatearekin - Bakailaoa maionesarekin - Fruta freskoa - Ogia
13 Kcal:812-Prot:33-Lip:8-HC:157 - Dilistak bertako barazkiekin - Arroza tomatearekin - Fruta freskoa - Ogia	14 Kcal:803-Prot:26-Lip:42-HC:84 - Azenario krema - Albondigak jardineran (d) - Fruta freskoa - Ogia	15 Kcal:714-Prot:43-Lip:19-HC:98 - Makarroiak tomatearekin - Oilasko-bularkia entsaladarekin - Sojako postrea - Ogia integrala	16 Kcal:643-Prot:21-Lip:24-HC:92 - Bertako kalabaza-krema ogi integral txigortuekin - Patata tortila entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	17 Kcal:742-Prot:45-Lip:20-HC:102 - Babarrun gorriak bertako barazkiekin - Legatza arrautzaztatua piper gorriekin - Fruta freskoa - Ogia
20 Kcal:715-Prot:38-Lip:33-HC:72 - Porrusalda krema ogi integral txigortuekin - Arrautza frijituak urdaiazpikoarekin - Fruta freskoa - Ogia	21 Kcal:716-Prot:43-Lip:16-HC:106 - Makarroi integralak tomatekin - Oilasko-bularkia patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	22 Kcal:841-Prot:54-Lip:24-HC:101 - Dilistak bertako barazkiekin - Txahal-gisatua - Sojako postrea - Ogia integrala	23 JAIA	24 JAIA
27 JAIA	28 JAIA	29 JAIA	30 JAIA	

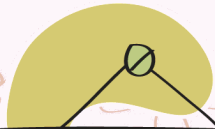


Haragi-bolak eta hanburgesak kilometro 0-koak dira. Txahalkia saltsan prestatzeko kalitateko 'EUSKAL OKELA' erabiltzen dogu. Bertako ortuariak erabiltzen doguz.



Menu

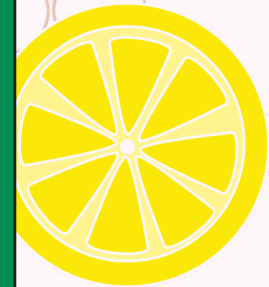
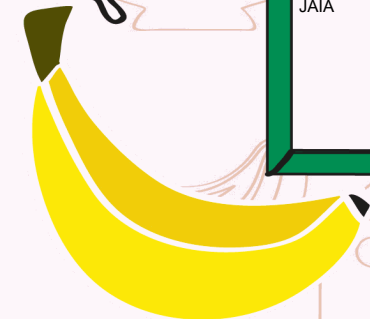
EKAINA



FRUITU LEHORRAK ETA ERATORRIAK

Astelehena	Martitzena	Eguaztena	Eguena	Barikua
		1 Kcal:790-Prot:51-Lip:24-HC:98 - Babarrun zuriak bertako barazkiekin - Bakailaoa arrautzaztatua entsaladarekin - Jogurta - Ogia integrala	2 Kcal:665-Prot:33-Lip:10-HC:116 - Arroza tomatearekin - Indioilar bukarkia txanpinoiekin - Fruta freskoa - Ogia	3 Kcal:704-Prot:42-Lip:18-HC:99 - Espageti italiarrak - Legatza labean entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia
6 Kcal:532-Prot:27-Lip:23-HC:76 - Lekak eta azenario purea - Hegaluze-medailoia entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	7 Kcal:775-Prot:39-Lip:20-HC:117 - Barazki-paella - Solomo ontzutua entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	8 Kcal:627-Prot:44-Lip:17-HC:78 - Bertoko barazki krema ogi integral txigortuekin - Indioilar gisatua piper gorriekin - Jogurta - Ogia integrala	9 Kcal:788-Prot:35-Lip:33-HC:94 - Garbantuak bertako barazkiekin - Arrautza frijituak patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	10 Kcal:675-Prot:37-Lip:17-HC:98 - Barraskiloak tomatearekin - Bakailaoa maionesarekin - Fruta freskoa - Ogia
13 Kcal:812-Prot:33-Lip:8-HC:157 - Dilistak bertako barazkiekin - Arroza tomatearekin - Fruta freskoa - Ogia	14 Kcal:803-Prot:26-Lip:42-HC:84 - Azenario krema - Albondigak jardineran - Fruta freskoa - Ogia	15 Kcal:980-Prot:49-Lip:37-HC:115 - Kiribilak aurora saltsan - Oilasko-bularkia entsaladarekin - Izozkia - Ogia integrala	16 Kcal:643-Prot:21-Lip:24-HC:92 - Bertako kalabaza-krema ogi integral txigortuekin - Patata tortila entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	17 Kcal:742-Prot:45-Lip:20-HC:102 - Babarrun gorriak bertako barazkiekin - Legatza arrautzaztatua piper gorriekin - Fruta freskoa - Ogia
20 Kcal:715-Prot:38-Lip:33-HC:72 - Porrusalda krema ogi integral txigortuekin - Arrautza frijituak urdaiazpikoarekin - Fruta freskoa - Ogia	21 Kcal:716-Prot:43-Lip:16-HC:106 - Makarroi integralak tomatekin - Oilasko-bularkia patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	22 Kcal:804-Prot:31-Lip:29-HC:107 - Dilistak bertako barazkiekin - San jakoboa entsaladarekin - Edateko jogurta - Ogia integrala	23 JAIA	24 JAIA
27 JAIA	28 JAIA	29 JAIA	30 JAIA	

Haragi-bolak eta hanburgesak kilometro 0-koak dira. Txahalkia saltsan prestatzeko kalitateko 'EUSKAL OKELA' erabiltzen dogu. Bertako ortuak erabiltzen doguz.





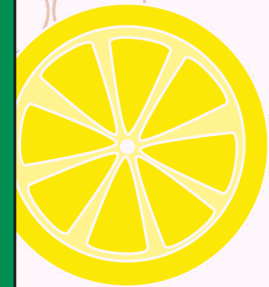
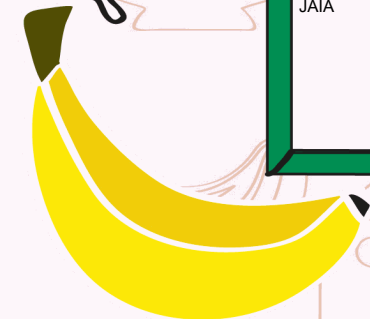
Menu

EKAINA

GARBANTZURIK EZ



Astelehena	Martitzena	Eguaztena	Eguena	Barikua
		1 Kcal:790-Prot:51-Lip:24-HC:98 - Babarrun zuriak bertako barazkiekin - Bakailaoa arrautzaztatua entsaladarekin - Jogurta - Ogia integrala	2 Kcal:665-Prot:33-Lip:10-HC:116 - Arroza tomatearekin - Indioilar bukarkia txanpinoiekin - Fruta freskoa - Ogia	3 Kcal:704-Prot:42-Lip:18-HC:99 - Espageti italiarrak - Legatza labean entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia
6 Kcal:532-Prot:27-Lip:23-HC:76 - Lekak eta azenario purea - Hegaluze-medailoia entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	7 Kcal:775-Prot:39-Lip:20-HC:117 - Barazki-paella - Solomo ontzutua entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	8 Kcal:627-Prot:44-Lip:17-HC:78 - Bertoko barazki krema ogi integral txigortuekin - Indioilar gisatua piper gorriekin - Jogurta - Ogia integrala	9 Kcal:692-Prot:26-Lip:32-HC:81 - Patatak barazkiekin - Arrautza frijituak patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	10 Kcal:675-Prot:37-Lip:17-HC:98 - Barraskiloak tomatearekin - Bakailaoa maionesarekin - Fruta freskoa - Ogia
13 Kcal:812-Prot:33-Lip:8-HC:157 - Dilistak bertako barazkiekin - Arroza tomatearekin - Fruta freskoa - Ogia	14 Kcal:803-Prot:26-Lip:42-HC:84 - Azenario krema - Albondigak jardineran - Fruta freskoa - Ogia	15 Kcal:980-Prot:49-Lip:37-HC:115 - Kiribilak aurora saltsan - Oilasko-bularkia entsaladarekin - Izozkia - Ogia integrala	16 Kcal:643-Prot:21-Lip:24-HC:92 - Bertako kalabaza-krema ogi integral txigortuekin - Patata tortila entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	17 Kcal:742-Prot:45-Lip:20-HC:102 - Babarrun gorriak bertako barazkiekin - Legatza arrautzaztatua piper gorriekin - Fruta freskoa - Ogia
20 Kcal:715-Prot:38-Lip:33-HC:72 - Porrusalda krema ogi integral txigortuekin - Arrautza frijituak urdaiazpikoarekin - Fruta freskoa - Ogia	21 Kcal:716-Prot:43-Lip:16-HC:106 - Makarroi integralak tomatekin - Oilasko-bularkia patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	22 Kcal:804-Prot:31-Lip:29-HC:107 - Dilistak bertako barazkiekin - San jakoboa entsaladarekin - Edateko jogurta - Ogia integrala	23 JAIA	24 JAIA
27 JAIA	28 JAIA	29 JAIA	30 JAIA	



Haragi-bolak eta hanburgesak kilometro 0-koak dira. Txahalkia saltsan prestatzeko kalitateko 'EUSKAL OKELA' erabiltzen dogu. Bertako ortuak erabiltzen doguz.



Menu

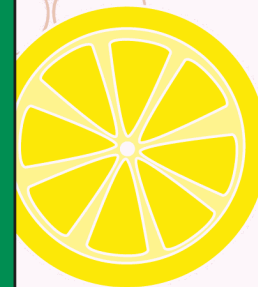
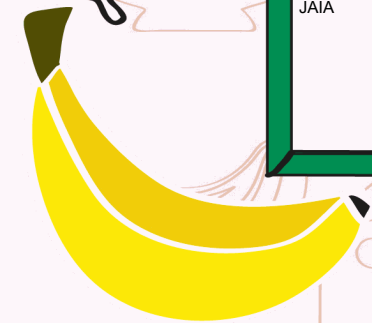
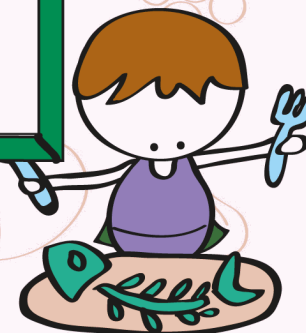
EKAINA

HEZURDUN FRUTARIK EZ



Astelehena	Martitzena	Eguaztena	Eguena	Barikua
		1 Kcal:790-Prot:51-Lip:24-HC:98 - Babarrun zuriak bertako barazkiekin - Bakailaoa arrautzaztatua entsaladarekin - Jogurta - Ogia integrala	2 Kcal:665-Prot:33-Lip:10-HC:116 - Arroza tomatearekin - Indioilar bukarkia txanpinoiekin - Fruta freskoa - Ogia	3 Kcal:704-Prot:42-Lip:18-HC:99 - Espageti italiarrak - Legatza labean entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia
6 Kcal:532-Prot:27-Lip:23-HC:76 - Lekak eta azenario purea - Hegaluze-medailoia entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	7 Kcal:775-Prot:39-Lip:20-HC:117 - Barazki-paella - Solomo ontzutua entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	8 Kcal:627-Prot:44-Lip:17-HC:78 - Bertoko barazki krema ogi integral txigortuekin - Indioilar gisatua piper gorriekin - Jogurta - Ogia integrala	9 Kcal:788-Prot:35-Lip:33-HC:94 - Garbantuak bertako barazkiekin - Arrautza frijituak patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	10 Kcal:675-Prot:37-Lip:17-HC:98 - Barraskiloak tomatearekin - Bakailaoa maionesarekin - Fruta freskoa - Ogia
13 Kcal:812-Prot:33-Lip:8-HC:157 - Dilistak bertako barazkiekin - Arroza tomatearekin - Fruta freskoa - Ogia	14 Kcal:803-Prot:26-Lip:42-HC:84 - Azenario krema - Albondigak jardineran - Fruta freskoa - Ogia	15 Kcal:980-Prot:49-Lip:37-HC:115 - Kiribilak aurora saltsan - Oilasko-bularkia entsaladarekin - Izozkia - Ogia integrala	16 Kcal:643-Prot:21-Lip:24-HC:92 - Bertako kalabaza-krema ogi integral txigortuekin - Patata tortila entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	17 Kcal:742-Prot:45-Lip:20-HC:102 - Babarrun gorriak bertako barazkiekin - Legatza arrautzaztatua piper gorriekin - Fruta freskoa - Ogia
20 Kcal:715-Prot:38-Lip:33-HC:72 - Porrusalda krema ogi integral txigortuekin - Arrautza frijituak urdaiazpikoarekin - Fruta freskoa - Ogia	21 Kcal:716-Prot:43-Lip:16-HC:106 - Makarroi integralak tomatekin - Oilasko-bularkia patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	22 Kcal:804-Prot:31-Lip:29-HC:107 - Dilistak bertako barazkiekin - San jakoboa entsaladarekin - Edateko jogurta - Ogia integrala	23 JAIA	24 JAIA
27 JAIA	28 JAIA	29 JAIA	30 JAIA	

Haragi-bolak eta hanburgesak kilometro 0-koak dira. Txahalkia saltsan prestatzeko kalitateko 'EUSKAL OKELA' erabiltzen dogu. Bertako ortuak erabiltzen doguz.





Menu

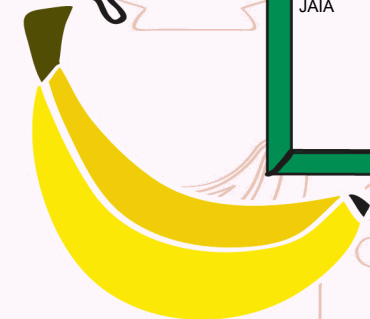
EKAINA

HEZURDUN FRUTARIK EZ,
INTXAURRARIK EZ, ITSASKIRIK
EZ



Astelehena	Martitzena	Eguaztena	Eguena	Barikua
		1 Kcal:790-Prot:51-Lip:24-HC:98 - Babarrun zuriak bertako barazkiekin - Bakailaoa arrautzaztatua entsaladarekin - Jogurta - Ogia integrala	2 Kcal:665-Prot:33-Lip:10-HC:116 - Arroza tomatearekin - Indioilar bukarkia txanpinoiekin - Fruta freskoa - Ogia	3 Kcal:704-Prot:42-Lip:18-HC:99 - Espageti italiarrak - Legatza labean entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia
6 Kcal:674-Prot:39-Lip:27-HC:78 - Lekak eta azenario purea - Hegalaburra labean entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	7 Kcal:775-Prot:39-Lip:20-HC:117 - Barazki-paella - Solomo ontzutua entsaladarekin (d) - Fruta freskoa - Ogia	8 Kcal:627-Prot:44-Lip:17-HC:78 - Bertoko barazki krema ogi integral txigortuarekin - Indioilar gisatua piper gorriekin - Jogurta - Ogia integrala	9 Kcal:788-Prot:35-Lip:33-HC:94 - Garbantuak bertako barazkiekin - Arrautza frijituak patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	10 Kcal:675-Prot:37-Lip:17-HC:98 - Barraskiloak tomatearekin - Bakailaoa maionesarekin - Fruta freskoa - Ogia
13 Kcal:812-Prot:33-Lip:8-HC:157 - Dilistak bertako barazkiekin - Arroza tomatearekin - Fruta freskoa - Ogia	14 Kcal:803-Prot:26-Lip:42-HC:84 - Azenario krema - Albondigak jardineran (d) - Fruta freskoa - Ogia	15 Kcal:980-Prot:49-Lip:37-HC:115 - Kiribilak aurora saltsan - Oilasko-bularkia entsaladarekin - Izozkia - Ogia integrala	16 Kcal:643-Prot:21-Lip:24-HC:92 - Bertako kalabaza-krema ogi integral txigortuekin - Patata tortila entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	17 Kcal:742-Prot:45-Lip:20-HC:102 - Babarrun gorriak bertako barazkiekin - Legatza arrautzaztatua piper gorriekin - Fruta freskoa - Ogia
20 Kcal:715-Prot:38-Lip:33-HC:72 - Porrusalda krema ogi integral txigortuekin - Arrautza frijituak urdaiazpikoarekin - Fruta freskoa - Ogia	21 Kcal:716-Prot:43-Lip:16-HC:106 - Makarroi integralak tomatekin - Oilasko-bularkia patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	22 Kcal:863-Prot:55-Lip:25-HC:105 - Dilistak bertako barazkiekin - Txahal-gisatua - Edateko jogurta - Ogia integrala	23 JAIA	24 JAIA
27 JAIA	28 JAIA	29 JAIA	30 JAIA	

Haragi-bolak eta hanburgesak kilometro 0-koak dira. Txahalkia saltsan prestatzeko kalitateko 'EUSKAL OKELA' erabiltzen dogu. Bertako ortuariak erabiltzen doguz.





Menu

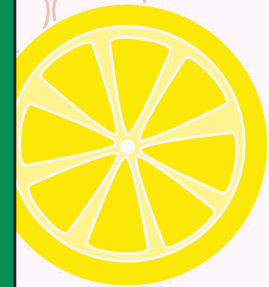
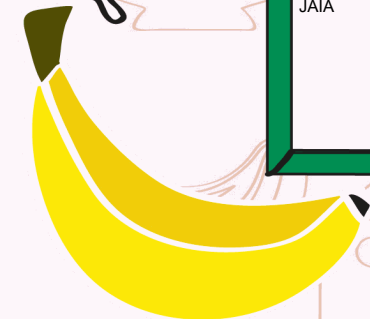
EKAINA

ITSASKIRIK EZ, KIWRIRIK EZ



Astelehena	Martitzena	Eguaztena	Eguena	Barikua
		1 Kcal:790-Prot:51-Lip:24-HC:98 - Babarrun zuriak bertako barazkiekin - Bakailaoa arrautzaztatua entsaladarekin - Jogurta - Ogia integrala	2 Kcal:665-Prot:33-Lip:10-HC:116 - Arroza tomatearekin - Indioilar bukarkia txanpinoiekin - Fruta freskoa - Ogia	3 Kcal:704-Prot:42-Lip:18-HC:99 - Espageti italiarrak - Legatza labean entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia
6 Kcal:674-Prot:39-Lip:27-HC:78 - Lekak eta azenario purea - Hegalaburra labean entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	7 Kcal:775-Prot:39-Lip:20-HC:117 - Barazki-paella - Solomo ontzutua entsaladarekin (d) - Fruta freskoa - Ogia	8 Kcal:627-Prot:44-Lip:17-HC:78 - Bertoko barazki krema ogi integral txigortuekin - Indioilar gisatua piper gorriekin - Jogurta - Ogia integrala	9 Kcal:788-Prot:35-Lip:33-HC:94 - Garbantuak bertako barazkiekin - Arrautza frijituak patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	10 Kcal:675-Prot:37-Lip:17-HC:98 - Barraskiloak tomatearekin - Bakailaoa maionesarekin - Fruta freskoa - Ogia
13 Kcal:812-Prot:33-Lip:8-HC:157 - Dilistak bertako barazkiekin - Arroza tomatearekin - Fruta freskoa - Ogia	14 Kcal:803-Prot:26-Lip:42-HC:84 - Azenario krema - Albondigak jardineran (d) - Fruta freskoa - Ogia	15 Kcal:980-Prot:49-Lip:37-HC:115 - Kiribilak aurora saltsan - Oilasko-bularkia entsaladarekin - Izozkia - Ogia integrala	16 Kcal:643-Prot:21-Lip:24-HC:92 - Bertako kalabaza-krema ogi integral txigortuekin - Patata tortila entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	17 Kcal:742-Prot:45-Lip:20-HC:102 - Babarrun gorriak bertako barazkiekin - Legatza arrautzaztatua piper gorriekin - Fruta freskoa - Ogia
20 Kcal:715-Prot:38-Lip:33-HC:72 - Porrusalda krema ogi integral txigortuekin - Arrautza frijituak urdaiazpikoarekin - Fruta freskoa - Ogia	21 Kcal:716-Prot:43-Lip:16-HC:106 - Makarroi integralak tomatekin - Oilasko-bularkia patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	22 Kcal:863-Prot:55-Lip:25-HC:105 - Dilistak bertako barazkiekin - Txahal-gisatua - Edateko jogurta - Ogia integrala	23 JAIA	24 JAIA
27 JAIA	28 JAIA	29 JAIA	30 JAIA	

Haragi-bolak eta hanburgesak kilometro 0-koak dira. Txahalkia saltsan prestatzeko kalitateko 'EUSKAL OKELA' erabiltzen dogu. Bertako ortuariak erabiltzen doguz.





Menu

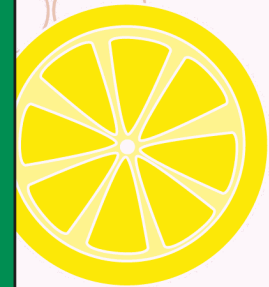
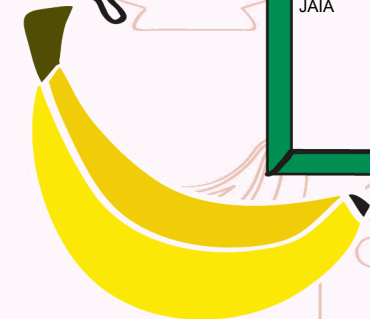
EKAINA

KALABAZINIK EZ



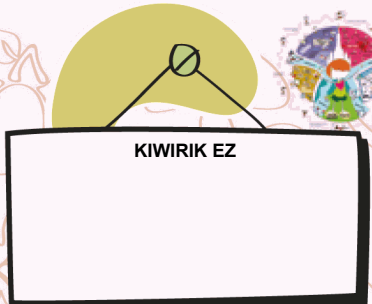
Astelehena	Martitzena	Eguaztena	Eguena	Barikua
		1 Kcal:790-Prot:51-Lip:24-HC:98 - Babarrun zuriak bertako barazkiekin - Bakailaoa arrautzaztatua entsaladarekin - Jogurta - Ogia integrala	2 Kcal:665-Prot:33-Lip:10-HC:116 - Arroza tomatearekin - Indioilar bukarkia txanpinoiekin - Fruta freskoa - Ogia	3 Kcal:704-Prot:42-Lip:18-HC:99 - Espageti italiarrak - Legatza labean entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia
6 Kcal:532-Prot:27-Lip:23-HC:76 - Lekak eta azenario purea - Hegaluze-medailoia entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	7 Kcal:775-Prot:39-Lip:20-HC:117 - Barazki-paella - Solomo ontzutua entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	8 Kcal:627-Prot:44-Lip:17-HC:78 - Bertoko barazki krema ogi integral txigortuekin - Indioilar gisatua piper gorriekin - Jogurta - Ogia integrala	9 Kcal:788-Prot:35-Lip:33-HC:94 - Garbantuak bertako barazkiekin - Arrautza frijituak patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	10 Kcal:675-Prot:37-Lip:17-HC:98 - Barraskiloak tomatearekin - Bakailaoa maionesarekin - Fruta freskoa - Ogia
13 Kcal:812-Prot:33-Lip:8-HC:157 - Dilistak bertako barazkiekin - Arroza tomatearekin - Fruta freskoa - Ogia	14 Kcal:803-Prot:26-Lip:42-HC:84 - Azenario krema - Albondigak jardineran - Fruta freskoa - Ogia	15 Kcal:980-Prot:49-Lip:37-HC:115 - Kiribilak aurora saltsan - Oilasko-bularkia entsaladarekin - Izozkia - Ogia integrala	16 Kcal:643-Prot:21-Lip:24-HC:92 - Bertako kalabaza-krema ogi integral txigortuekin - Patata tortila entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	17 Kcal:742-Prot:45-Lip:20-HC:102 - Babarrun gorriak bertako barazkiekin - Legatza arrautzaztatua piper gorriekin - Fruta freskoa - Ogia
20 Kcal:715-Prot:38-Lip:33-HC:72 - Porrusalda krema ogi integral txigortuekin - Arrautza frijituak urdaiazpikoarekin - Fruta freskoa - Ogia	21 Kcal:716-Prot:43-Lip:16-HC:106 - Makarroi integralak tomatekin - Oilasko-bularkia patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	22 Kcal:804-Prot:31-Lip:29-HC:107 - Dilistak bertako barazkiekin - San jakoboa entsaladarekin - Edateko jogurta - Ogia integrala	23 JAIA	24 JAIA
27 JAIA	28 JAIA	29 JAIA	30 JAIA	

Haragi-bolak eta hanburgesak kilometro 0-koak dira. Txahalkia saltsan prestatzeko kalitateko 'EUSKAL OKELA' erabiltzen dogu. Bertako ortuak erabiltzen doguz.





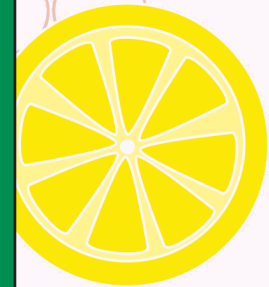
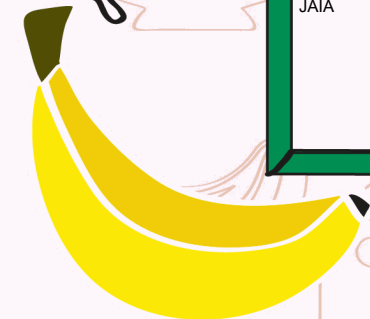
EKAINA



Menu

Astelehena	Martitzena	Eguaztena	Eguena	Barikua
		1 Kcal:790-Prot:51-Lip:24-HC:98 - Babarrun zuriak bertako barazkiekin - Bakailaoa arrautzaztatua entsaladarekin - Jogurta - Ogia integrala	2 Kcal:665-Prot:33-Lip:10-HC:116 - Arroza tomatearekin - Indioilar bukarkia txanpinoiekin - Fruta freskoa - Ogia	3 Kcal:704-Prot:42-Lip:18-HC:99 - Espageti italiarrak - Legatza labean entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia
6 Kcal:532-Prot:27-Lip:23-HC:76 - Lekak eta azenario purea - Hegaluze-medailoia entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	7 Kcal:775-Prot:39-Lip:20-HC:117 - Barazki-paella - Solomo ontzutua entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	8 Kcal:627-Prot:44-Lip:17-HC:78 - Bertoko barazki krema ogi integral txigortuekin - Indioilar gisatua piper gorriekin - Jogurta - Ogia integrala	9 Kcal:788-Prot:35-Lip:33-HC:94 - Garbantuak bertako barazkiekin - Arrautza frijituak patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	10 Kcal:675-Prot:37-Lip:17-HC:98 - Barraskiloak tomatearekin - Bakailaoa maionesarekin - Fruta freskoa - Ogia
13 Kcal:812-Prot:33-Lip:8-HC:157 - Dilistak bertako barazkiekin - Arroza tomatearekin - Fruta freskoa - Ogia	14 Kcal:803-Prot:26-Lip:42-HC:84 - Azenario krema - Albondigak jardineran - Fruta freskoa - Ogia	15 Kcal:980-Prot:49-Lip:37-HC:115 - Kiribilak aurora saltsan - Oilasko-bularkia entsaladarekin - Izozkia - Ogia integrala	16 Kcal:643-Prot:21-Lip:24-HC:92 - Bertako kalabaza-krema ogi integral txigortuekin - Patata tortila entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	17 Kcal:742-Prot:45-Lip:20-HC:102 - Babarrun gorriak bertako barazkiekin - Legatza arrautzaztatua piper gorriekin - Fruta freskoa - Ogia
20 Kcal:715-Prot:38-Lip:33-HC:72 - Porrusalda krema ogi integral txigortuekin - Arrautza frijituak urdaiazpikoarekin - Fruta freskoa - Ogia	21 Kcal:716-Prot:43-Lip:16-HC:106 - Makarroi integralak tomatekin - Oilasko-bularkia patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	22 Kcal:804-Prot:31-Lip:29-HC:107 - Dilistak bertako barazkiekin - San jakoboa entsaladarekin - Edateko jogurta - Ogia integrala	23 JAIA	24 JAIA
27 JAIA	28 JAIA	29 JAIA	30 JAIA	

Haragi-bolak eta hanburgesak kilometro 0-koak dira. Txahalkia saltsan prestatzeko kalitateko 'EUSKAL OKELA' erabiltzen dogu. Bertako ortuak erabiltzen doguz.





Menu



EKAINA

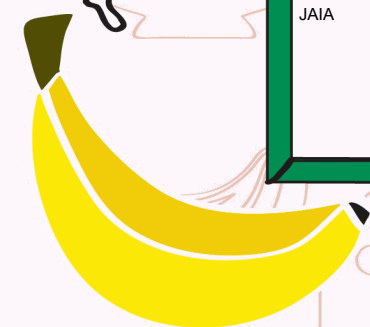
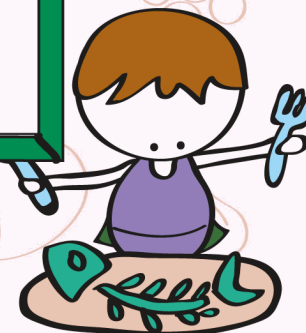
KOLESTEROLA



BEGONAZPI IKASTOLA

Astelehena	Martitzena	Eguaztena	Eguena	Barikua
		1 Kcal:652-Prot:48-Lip:18-HC:80 - Babarrun zuriak bertako barazkiekin - Bakailaoa labeen entsaladarekin - Jogurt gaingabetua - Ogia integrala	2 Kcal:665-Prot:33-Lip:10-HC:116 - Arroza tomatearekin - Indioilar bukarkia txanpinoiekin - Fruta freskoa - Ogia	3 Kcal:656-Prot:38-Lip:15-HC:99 - Espagetiak tomatearekin - Legatza labeen entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia
6 Kcal:674-Prot:39-Lip:27-HC:78 - Lekak eta azenario purea - Hegalaburra labeen entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	7 Kcal:716-Prot:37-Lip:16-HC:113 - Barazki-paella - Solomoa labeen entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	8 Kcal:592-Prot:47-Lip:17-HC:68 - Bertako barazki-krema - Indioilar bularkia labeen piper gorriekin - Jogurt gaingabetua - Ogia integrala	9 Kcal:782-Prot:36-Lip:34-HC:88 - Garbantzuak bertako barazkiekin - Tortila frantsesa entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	10 Kcal:762-Prot:35-Lip:22-HC:109 - Barraskiloak tomatearekin - Bakailaoa labeen piper gorriekin - Fruta freskoa - Ogia
13 Kcal:812-Prot:33-Lip:8-HC:157 - Dilistak bertako barazkiekin - Arroza tomatearekin - Fruta freskoa - Ogia	14 Kcal:480-Prot:25-Lip:13-HC:69 - Azenario krema - Bakailaoa labeen - Fruta freskoa - Ogia	15 Kcal:686-Prot:45-Lip:19-HC:89 - Makarroiak tomatearekin - Oilasko-bularkia entsaladarekin - Jogurt gaingabetua - Ogia integrala	16 Kcal:623-Prot:24-Lip:30-HC:68 - Bertako kalabaza-krema - Tortila frantsesa entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	17 Kcal:708-Prot:42-Lip:19-HC:98 - Babarrun gorriak bertako barazkiekin - Legatza labeen piper gorriekin - Fruta freskoa - Ogia
20 Kcal:623-Prot:24-Lip:30-HC:68 - Porrusalda krema - Tortila frantsesa entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	21 Kcal:701-Prot:42-Lip:18-HC:99 - Makarroi integralak tomatekin - Oilasko-bularkia entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	22 Kcal:433-Prot:28-Lip:5-HC:71 - Dilistak bertako barazkiekin - Oilasko-izterra errea - Jogurt gaingabetua - Ogia integrala	23 JAIA	24 JAIA
27 JAIA	28 JAIA	29 JAIA	30 JAIA	

Haragi-bolak eta hanburgesak kilometro 0-koak dira. Txahalkia saltsan prestatzeko kalitateko 'EUSKAL OKELA' erabiltzen dogu. Bertako ortuariak erabiltzen doguz.





Menu

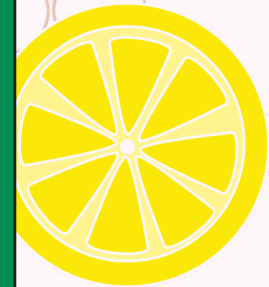
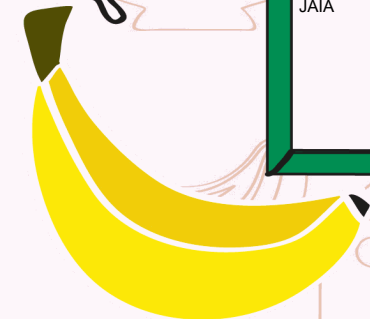
EKAINA

MARRUBIRIK EZ, SAGARRARIK EZ, UDARERIK EZ



Astelehena	Martitzena	Eguaztena	Eguena	Barikua
		1 Kcal:790-Prot:51-Lip:24-HC:98 - Babarrun zuriak bertako barazkiekin - Bakailaoa arrautzaztatua entsaladarekin - Jogurta - Ogia integrala	2 Kcal:665-Prot:33-Lip:10-HC:116 - Arroza tomatearekin - Indioilar bukarkia txanpinoiekin - Fruta freskoa - Ogia	3 Kcal:704-Prot:42-Lip:18-HC:99 - Espageti italiarrak - Legatza labean entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia
6 Kcal:532-Prot:27-Lip:23-HC:76 - Lekak eta azenario purea - Hegaluze-medailoia entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	7 Kcal:775-Prot:39-Lip:20-HC:117 - Barazki-paella - Solomo ontzutua entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	8 Kcal:627-Prot:44-Lip:17-HC:78 - Bertoko barazki krema ogi integral txigortuekin - Indioilar gisatua piper gorriekin - Jogurta - Ogia integrala	9 Kcal:788-Prot:35-Lip:33-HC:94 - Garbantuak bertako barazkiekin - Arrautza frijituak patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	10 Kcal:675-Prot:37-Lip:17-HC:98 - Barraskiloak tomatearekin - Bakailaoa maionesarekin - Fruta freskoa - Ogia
13 Kcal:812-Prot:33-Lip:8-HC:157 - Dilistak bertako barazkiekin - Arroza tomatearekin - Fruta freskoa - Ogia	14 Kcal:803-Prot:26-Lip:42-HC:84 - Azenario krema - Albondigak jardineran - Fruta freskoa - Ogia	15 Kcal:980-Prot:49-Lip:37-HC:115 - Kiribilak aurora saltsan - Oilasko-bularkia entsaladarekin - Izozkia - Ogia integrala	16 Kcal:643-Prot:21-Lip:24-HC:92 - Bertako kalabaza-krema ogi integral txigortuekin - Patata tortila entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	17 Kcal:742-Prot:45-Lip:20-HC:102 - Babarrun gorriak bertako barazkiekin - Legatza arrautzaztatua piper gorriekin - Fruta freskoa - Ogia
20 Kcal:715-Prot:38-Lip:33-HC:72 - Porrusalda krema ogi integral txigortuekin - Arrautza frijituak urdaiazpikoarekin - Fruta freskoa - Ogia	21 Kcal:716-Prot:43-Lip:16-HC:106 - Makarroi integralak tomatekin - Oilasko-bularkia patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	22 Kcal:804-Prot:31-Lip:29-HC:107 - Dilistak bertako barazkiekin - San jakoboa entsaladarekin - Edateko jogurta - Ogia integrala	23 JAIA	24 JAIA
27 JAIA	28 JAIA	29 JAIA	30 JAIA	

Haragi-bolak eta hanburgesak kilometro 0-koak dira. Txahalkia saltsan prestatzeko kalitateko 'EUSKAL OKELA' erabiltzen dogu. Bertako ortuak erabiltzen doguz.





Menu



EKAINA

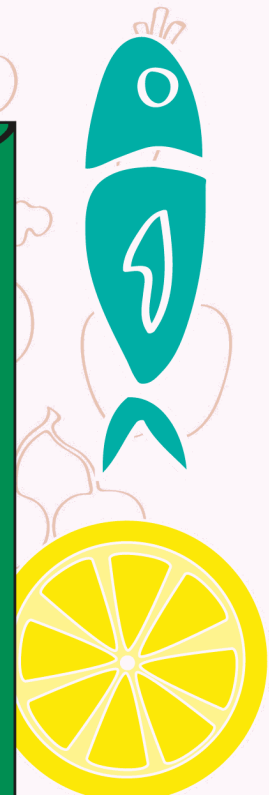
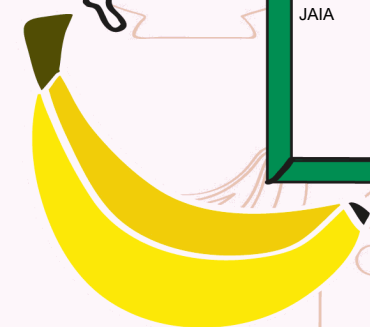
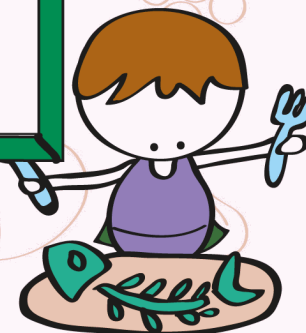
MELOKOTOIRIK EZ,
MELOKOTOI DERIBATURIK EZ,
PARAGUAITARIK EZ



BEGONAZPI IKASTOLA

Astelehena	Martitzena	Eguaztena	Eguena	Barikua
		1 Kcal:790-Prot:51-Lip:24-HC:98 - Babarrun zuriak bertako barazkiekin - Bakailaoa arrautzaztatua entsaladarekin - Jogurta - Ogia integrala	2 Kcal:665-Prot:33-Lip:10-HC:116 - Arroza tomatearekin - Indioilar bukarkia txanpinoiekin - Fruta freskoa - Ogia	3 Kcal:704-Prot:42-Lip:18-HC:99 - Espageti italiarrak - Legatza labean entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia
6 Kcal:532-Prot:27-Lip:23-HC:76 - Lekak eta azenario purea - Hegaluze-medailoia entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	7 Kcal:775-Prot:39-Lip:20-HC:117 - Barazki-paella - Solomo ontzutua entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	8 Kcal:627-Prot:44-Lip:17-HC:78 - Bertoko barazki krema ogi integral txigortuekin - Indioilar gisatua piper gorriekin - Jogurta - Ogia integrala	9 Kcal:788-Prot:35-Lip:33-HC:94 - Garbantuak bertako barazkiekin - Arrautza frijituak patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	10 Kcal:675-Prot:37-Lip:17-HC:98 - Barraskiloak tomatearekin - Bakailaoa maionesarekin - Fruta freskoa - Ogia
13 Kcal:812-Prot:33-Lip:8-HC:157 - Dilistak bertako barazkiekin - Arroza tomatearekin - Fruta freskoa - Ogia	14 Kcal:803-Prot:26-Lip:42-HC:84 - Azenario krema - Albondigak jardineran - Fruta freskoa - Ogia	15 Kcal:980-Prot:49-Lip:37-HC:115 - Kiribilak aurora saltsan - Oilasko-bularkia entsaladarekin - Izoikia - Ogia integrala	16 Kcal:643-Prot:21-Lip:24-HC:92 - Bertako kalabaza-krema ogi integral txigortuekin - Patata tortila entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	17 Kcal:742-Prot:45-Lip:20-HC:102 - Babarrun gorriak bertako barazkiekin - Legatza arrautzaztatua piper gorriekin - Fruta freskoa - Ogia
20 Kcal:715-Prot:38-Lip:33-HC:72 - Porrusalda krema ogi integral txigortuekin - Arrautza frijituak urdaiazpikoarekin - Fruta freskoa - Ogia	21 Kcal:716-Prot:43-Lip:16-HC:106 - Makarroi integralak tomatekin - Oilasko-bularkia patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	22 Kcal:804-Prot:31-Lip:29-HC:107 - Dilistak bertako barazkiekin - San jakoboa entsaladarekin - Edateko jogurta - Ogia integrala	23 JAIA	24 JAIA
27 JAIA	28 JAIA	29 JAIA	30 JAIA	

Haragi-bolak eta hanburgesak kilometro 0-koak dira. Txahalkia saltsan prestatzeko kalitateko 'EUSKAL OKELA' erabiltzen dogu. Bertako ortuariak erabiltzen doguz.





Menu



EKAINA

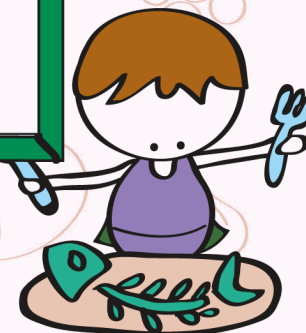
OILARRIK EZ



BEGONAZPI IKASTOLA

Astelehena	Martitzena	Eguaztena	Eguena	Barikua
		1 Kcal:790-Prot:51-Lip:24-HC:98 - Babarrun zuriak bertako barazkiekin - Bakailaoa arrautzaztatua entsaladarekin - Jogurta - Ogia integrala	2 Kcal:665-Prot:33-Lip:10-HC:116 - Arroza tomatearekin - Indioilar bukarkia txanpinoiekin - Fruta freskoa - Ogia	3 Kcal:704-Prot:42-Lip:18-HC:99 - Espageti italiarrak - Legatza labean entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia
6 Kcal:532-Prot:27-Lip:23-HC:76 - Lekak eta azenario purea - Hegaluze-medailoia entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	7 Kcal:775-Prot:39-Lip:20-HC:117 - Barazki-paella - Solomo ontzutua entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	8 Kcal:627-Prot:44-Lip:17-HC:78 - Bertoko barazki krema ogi integral txigortuekin - Indioilar gisatua piper gorriekin - Jogurta - Ogia integrala	9 Kcal:788-Prot:35-Lip:33-HC:94 - Garbantuak bertako barazkiekin - Arrautza frijituak patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	10 Kcal:675-Prot:37-Lip:17-HC:98 - Barraskiloak tomatearekin - Bakailaoa maionesarekin - Fruta freskoa - Ogia
13 Kcal:812-Prot:33-Lip:8-HC:157 - Dilistak bertako barazkiekin - Arroza tomatearekin - Fruta freskoa - Ogia	14 Kcal:803-Prot:26-Lip:42-HC:84 - Azenario krema - Albondigak jardineran - Fruta freskoa - Ogia	15 Kcal:980-Prot:49-Lip:37-HC:115 - Kiribilak aurora saltsan - Oilasko-bularkia entsaladarekin - Izozkia - Ogia integrala	16 Kcal:643-Prot:21-Lip:24-HC:92 - Bertako kalabaza-krema ogi integral txigortuekin - Patata tortila entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	17 Kcal:742-Prot:45-Lip:20-HC:102 - Babarrun gorriak bertako barazkiekin - Legatza arrautzaztatua piper gorriekin - Fruta freskoa - Ogia
20 Kcal:715-Prot:38-Lip:33-HC:72 - Porrusalda krema ogi integral txigortuekin - Arrautza frijituak urdaiazpikoarekin - Fruta freskoa - Ogia	21 Kcal:716-Prot:43-Lip:16-HC:106 - Makarroi integralak tomatekin - Oilasko-bularkia patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	22 Kcal:804-Prot:31-Lip:29-HC:107 - Dilistak bertako barazkiekin - San jakoboa entsaladarekin - Edateko jogurta - Ogia integrala	23 JAIA	24 JAIA
27 JAIA	28 JAIA	29 JAIA	30 JAIA	

Haragi-bolak eta hanburgesak kilometro 0-koak dira. Txahalkia saltsan prestatzeko kalitateko 'EUSKAL OKELA' erabiltzen dogu. Bertako ortuariak erabiltzen doguz.



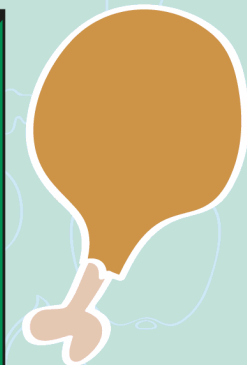


BEGONAZPI
IKASTOLA

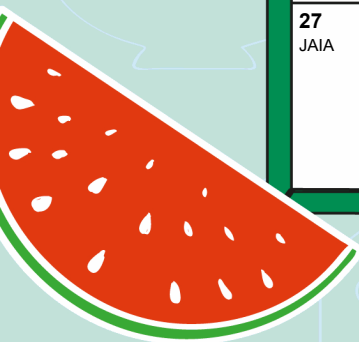
EKAINA

Menu

ARRAINARIK EZ, ITSASKIRIK
EZ, KIWIRIK EZ, LEKARIK EZ



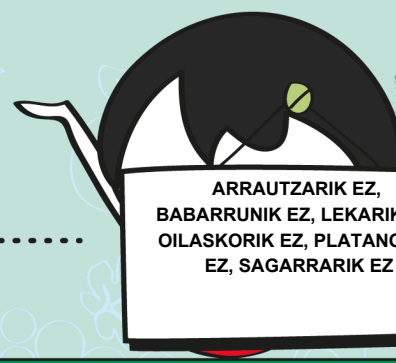
Astelehena	Martitzena	Eguaztena	Eguena	Barikua
		1 Kcal:971-Prot:39-Lip:51-HC:92 - Patatak barazkiekin - Txerri-txuleta labeen entsaladarekin - Jogurta - Ogia integrala	2 Kcal:665-Prot:33-Lip:10-HC:116 - Arroza tomatearekin - Indioilar bukarkia txanpinoiekin - Fruta freskoa - Ogia	3 Kcal:810-Prot:47-Lip:24-HC:107 - Espageti italiarrak - Solomo ontzutua entsaladarekin (d) - Fruta freskoa - Ogia
6 Kcal:601-Prot:37-Lip:19-HC:75 - Porrusalda - Oilasko-bularkia entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	7 Kcal:775-Prot:39-Lip:20-HC:117 - Barazki-paella - Solomo ontzutua entsaladarekin (d) - Fruta freskoa - Ogia	8 Kcal:627-Prot:44-Lip:17-HC:78 - Bertoko barazki krema ogi integral txigortuekin - Indioilar gisatua piper gorriekin - Jogurta - Ogia integrala	9 Kcal:692-Prot:26-Lip:32-HC:81 - Patatak barazkiekin - Arrautza frijituak patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	10 Kcal:899-Prot:42-Lip:38-HC:104 - Barraskiloak tomatearekin - Txerri-txuleta labeen entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia
13 Kcal:716-Prot:43-Lip:11-HC:117 - Arroza tomatearekin - Indioilar gisatua txanpinoiekin - Fruta freskoa - Ogia	14 Kcal:899-Prot:26-Lip:59-HC:67 - Entsalada mistoa (d) - Albondigak jardineran (d) - Fruta freskoa - Ogia	15 Kcal:908-Prot:41-Lip:34-HC:110 - Kiribilak aurora saltsan - Oilasko-hegalak entsaladarekin - Jogurta - Ogia integrala	16 Kcal:643-Prot:21-Lip:24-HC:92 - Bertako kalabaza-krema ogi integral txigortuekin - Patata tortila entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	17 Kcal:842-Prot:42-Lip:31-HC:103 - Patatak errioxar erera - Solomo ontzutua piper gorriekin (d) - Fruta freskoa - Ogia
20 Kcal:715-Prot:38-Lip:33-HC:72 - Porrusalda krema ogi integral txigortuekin - Arrautza frijituak urdaiazpikoarekin - Fruta freskoa - Ogia	21 Kcal:716-Prot:43-Lip:16-HC:106 - Makarroi integralak tomatekin - Oilasko-bularkia patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	22 Kcal:729-Prot:47-Lip:23-HC:89 - Patatak barazkiekin - Txahal-gisatua - Edateko jogurta - Ogia integrala	23 JAIA	24 JAIA
27 JAIA	28 JAIA	29 JAIA	30 JAIA	



Haragi-bolak eta hamburgerak kilometro 0-koak dira. Txahalkia saltsan prestatzeko kalitateko 'EUSKAL OKELA' erabiltzen dogu. Bertako ortuariak erabiltzen doguz.



EKAINA



ARRAUTZARIK EZ,
BABARRUNIK EZ, LEKARIK EZ,
OILASKORIK EZ, PLATANORIK
EZ, SAGARRARIK EZ

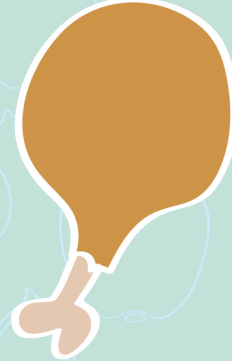


BEGONAZPI
IKASTOLA

Menu



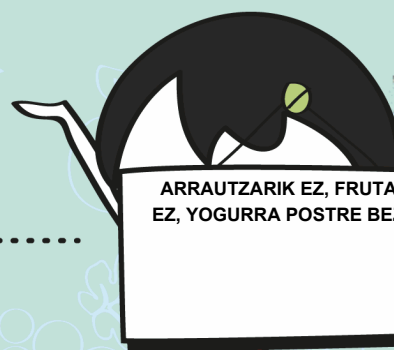
Astelehena	Martitzena	Eguaztena	Eguena	Barikua
		1 Kcal:617-Prot:38-Lip:20-HC:76 - Patatak barazkiekin - Bakailaoa labeen entsaladarekin - Jogurta - Ogia integrala	2 Kcal:665-Prot:33-Lip:10-HC:116 - Arroza tomatearekin - Indioilar bukarkia txanpinoiekin - Fruta freskoa - Ogia	3 Kcal:440-Prot:24-Lip:17-HC:48 - Espageti italiarrak (zd) - Legatza labeen entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia
6 Kcal:732-Prot:41-Lip:25-HC:91 - Porrusalda - Hegalaburra labeen entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	7 Kcal:775-Prot:39-Lip:20-HC:117 - Barazki-paella - Solomo ontzutua entsaladarekin (d) - Fruta freskoa - Ogia	8 Kcal:627-Prot:44-Lip:17-HC:78 - Bertoko barazki krema ogi integral txigortuarekin - Indioilar gisatua piper gorriekin - Jogurta - Ogia integrala	9 Kcal:926-Prot:50-Lip:39-HC:100 - Garbantzuak bertako barazkiekin - Txerri-txuleta labeen piper gorriekin - Fruta freskoa - Ogia	10 Kcal:912-Prot:27-Lip:34-HC:122 - Makarroiak tomatearekin (zd) - Bakailaoa labeen piper gorriekin - Fruta freskoa - Ogia
13 Kcal:812-Prot:33-Lip:8-HC:157 - Dilistak bertako barazkiekin - Arroza tomatearekin - Fruta freskoa - Ogia	14 Kcal:899-Prot:26-Lip:59-HC:67 - Entsalada mistoa (d) - Albondigak jardineran (d) - Fruta freskoa - Ogia	15 Kcal:723-Prot:36-Lip:21-HC:100 - Makarroiak tomatearekin (zd) - Bakailaoa labeen entsaladarekin - Jogurta - Ogia integrala	16 Kcal:655-Prot:38-Lip:22-HC:81 - Bertako kalabaza-krema ogi integral txigortuekin - Bakailaoa labeen entsaladarekin (d) - Fruta freskoa - Ogia	17 Kcal:687-Prot:36-Lip:24-HC:88 - Patatak errioxar erara - Legatza labeen piper gorriekin - Fruta freskoa - Ogia
20 Kcal:549-Prot:34-Lip:16-HC:72 - Porrusalda krema ogi integral txigortuekin - Legatza labeen entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	21 Kcal:756-Prot:38-Lip:20-HC:107 - Makarroiak tomatearekin (zd) - Indioilar petxuga patata frigituekin - Fruta freskoa - Ogia	22 Kcal:863-Prot:55-Lip:25-HC:105 - Dilistak bertako barazkiekin - Txahal-gisatua - Edateko jogurta - Ogia integrala	23 JAIA	24 JAIA
27 JAIA	28 JAIA	29 JAIA	30 JAIA	



Haragi-bolak eta hanburgesak kilometro 0-koak dira. Txahalkia saltsan prestatzeko kalitateko 'EUSKAL OKELA' erabiltzen dogu. Bertako ortuariak erabiltzen doguz.



EKAINA



ARRAUTZARIK EZ, FRUTARIK
EZ, YOGURRA POSTRE BEZALA

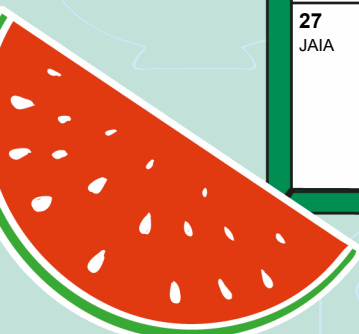


BEGONAZPI IKASTOLA

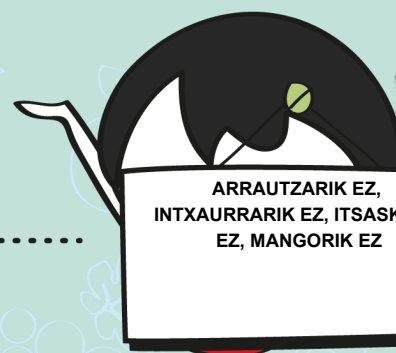
Menu



Astelehena	Martitzena	Eguaztena	Eguena	Barikua
		1 Kcal:694-Prot:48-Lip:18-HC:90 - Babarrun zuriak bertako barazkiekin - Bakailaoa labean entsaladarekin - Jogurta - Ogia integrala	2 Kcal:665-Prot:33-Lip:10-HC:116 - Arroza tomatearekin - Indioilar bukarkia txanpinoiekin - Fruta freskoa - Ogia	3 Kcal:440-Prot:24-Lip:17-HC:48 - Espageti italiarrak (zd) - Legatza labean entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia
6 Kcal:785-Prot:36-Lip:35-HC:90 - Lekak azenarioarekin - Hegalaburra labean entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	7 Kcal:775-Prot:39-Lip:20-HC:117 - Barazki-paella - Solomo ontzutua entsaladarekin (d) - Fruta freskoa - Ogia	8 Kcal:627-Prot:44-Lip:17-HC:78 - Bertoko barazki krema ogi integral txigortuarekin - Indioilar gisatua piper gorriekin - Jogurta - Ogia integrala	9 Kcal:926-Prot:50-Lip:39-HC:100 - Garbantzuak bertako barazkiekin - Txerri-txuleta labean piper gorriekin - Fruta freskoa - Ogia	10 Kcal:912-Prot:27-Lip:34-HC:122 - Makarroiak tomatearekin (zd) - Bakailaoa labean piper gorriekin - Fruta freskoa - Ogia
13 Kcal:812-Prot:33-Lip:8-HC:157 - Dilistak bertako barazkiekin - Arroza tomatearekin - Fruta freskoa - Ogia	14 Kcal:899-Prot:26-Lip:59-HC:67 - Entsalada mistoa (d) - Albondigak jardineran (d) - Fruta freskoa - Ogia	15 Kcal:760-Prot:32-Lip:25-HC:102 - Makarroiak tomatearekin (zd) - Oilasko-hegalak entsaladarekin - Jogurta - Ogia integrala	16 Kcal:655-Prot:38-Lip:22-HC:81 - Bertako kalabaza-krema ogi integral txigortuekin - Solomo ontzutua entsaladarekin (d) - Fruta freskoa - Ogia	17 Kcal:708-Prot:42-Lip:19-HC:98 - Babarrun gorriak bertako barazkiekin - Legatza labean piper gorriekin - Fruta freskoa - Ogia
20 Kcal:549-Prot:34-Lip:16-HC:72 - Porrusalda krema ogi integral txigortuekin - Legatza labean entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	21 Kcal:867-Prot:35-Lip:28-HC:119 - Makarroiak tomatearekin (zd) - Oilasko-bularkia patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	22 Kcal:863-Prot:55-Lip:25-HC:105 - Dilistak bertako barazkiekin - Txahal-gisatua - Edateko jogurta - Ogia integrala	23 JAIA	24 JAIA
27 JAIA	28 JAIA	29 JAIA	30 JAIA	



Haragi-bolak eta hanburgesak kilometro 0-koak dira. Txahalkia saltsan prestatzeko kalitateko 'EUSKAL OKELA' erabiltzen dogu. Bertako ortuariak erabiltzen doguz.



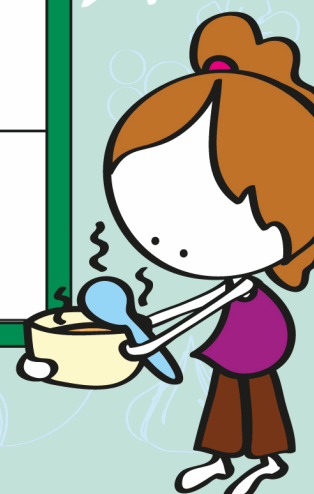
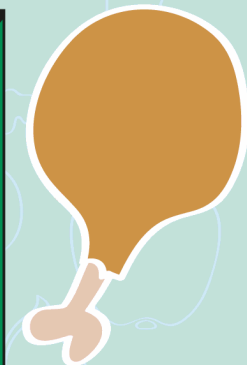
BEGONAZPI
IKASTOLA

EKAINA

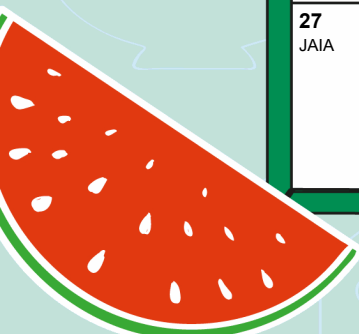
Menu

ARRAUTZARIK EZ,
INTXAURRARIK EZ, ITSASKIRIK
EZ, MANGORIK EZ

Astelehena	Martitzena	Eguaztena	Eguena	Barikua
		1 Kcal:694-Prot:48-Lip:18-HC:90 - Babarrun zuriak bertako barazkiekin - Bakailaoa labeen entsaladarekin - Jogurta - Ogia integrala	2 Kcal:665-Prot:33-Lip:10-HC:116 - Arroza tomatearekin - Indioilar bukarkia txanpinoiekin - Fruta freskoa - Ogia	3 Kcal:440-Prot:24-Lip:17-HC:48 - Espageti italiarrak (zd) - Legatza labeen entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia
6 Kcal:785-Prot:36-Lip:35-HC:90 - Lekak azenarioarekin - Hegalaburra labeen entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	7 Kcal:775-Prot:39-Lip:20-HC:117 - Barazki-paella - Solomo ontzutua entsaladarekin (d) - Fruta freskoa - Ogia	8 Kcal:627-Prot:44-Lip:17-HC:78 - Bertoko barazki krema ogi integral txigortuarekin - Indioilar gisatua piper gorriekin - Jogurta - Ogia integrala	9 Kcal:926-Prot:50-Lip:39-HC:100 - Garbantzuak bertako barazkiekin - Txerri-txuleta labeen piper gorriekin - Fruta freskoa - Ogia	10 Kcal:912-Prot:27-Lip:34-HC:122 - Makarroiak tomatearekin (zd) - Bakailaoa labeen piper gorriekin - Fruta freskoa - Ogia
13 Kcal:812-Prot:33-Lip:8-HC:157 - Dilistak bertako barazkiekin - Arroza tomatearekin - Fruta freskoa - Ogia	14 Kcal:899-Prot:26-Lip:59-HC:67 - Entsalada mistoa (d) - Albondigak jardineran (d) - Fruta freskoa - Ogia	15 Kcal:760-Prot:32-Lip:25-HC:102 - Makarroiak tomatearekin (zd) - Oilasko-hegalak entsaladarekin - Jogurta - Ogia integrala	16 Kcal:655-Prot:38-Lip:22-HC:81 - Bertako kalabaza-krema ogi integral txigortuekin - Solomo ontzutua entsaladarekin (d) - Fruta freskoa - Ogia	17 Kcal:708-Prot:42-Lip:19-HC:98 - Babarrun gorriak bertako barazkiekin - Legatza labeen piper gorriekin - Fruta freskoa - Ogia
20 Kcal:549-Prot:34-Lip:16-HC:72 - Porrusalda krema ogi integral txigortuekin - Legatza labeen entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	21 Kcal:867-Prot:35-Lip:28-HC:119 - Makarroiak tomatearekin (zd) - Oilasko-bularkia patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	22 Kcal:863-Prot:55-Lip:25-HC:105 - Dilistak bertako barazkiekin - Txahal-gisatua - Edateko jogurta - Ogia integrala	23 JAIA	24 JAIA
27 JAIA	28 JAIA	29 JAIA	30 JAIA	



Haragi-bolak eta hanburgesak kilometro 0-koak dira. Txahalkia saltsan prestatzeko kalitateko 'EUSKAL OKELA' erabiltzen dogu. Bertako ortuariak erabiltzen doguz.





EKAINA



ARROSA-KOLOREKO FRUTA,
FRUITU LEHORRIK EZ

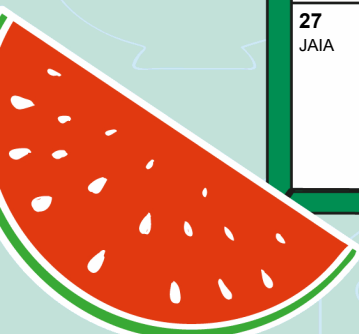
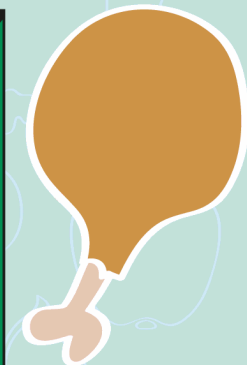


BEGONAZPI IKASTOLA

Menu



Astelehena	Martitzena	Eguaztena	Eguena	Barikua
		1 Kcal:790-Prot:51-Lip:24-HC:98 - Babarrun zuriak bertako barazkiekin - Bakailaoa arrautzaztatua entsaladarekin - Jogurta - Ogia integrala	2 Kcal:665-Prot:33-Lip:10-HC:116 - Arroza tomatearekin - Indioilar bukarkia txanpinoiekin - Fruta freskoa - Ogia	3 Kcal:704-Prot:42-Lip:18-HC:99 - Espageti italiarrak - Legatza labean entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia
6 Kcal:532-Prot:27-Lip:23-HC:76 - Lekak azenarioarekin - Hegaluze-medailoia entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	7 Kcal:775-Prot:39-Lip:20-HC:117 - Barazki-paella - Solomo ontzutua entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	8 Kcal:627-Prot:44-Lip:17-HC:78 - Bertoko barazki krema ogi integral txigortuekin - Indioilar gisatua piper gorriekin - Jogurta - Ogia integrala	9 Kcal:788-Prot:35-Lip:33-HC:94 - Garbantzuak bertako barazkiekin - Arrautza frijituak patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	10 Kcal:675-Prot:37-Lip:17-HC:98 - Barraskiloak tomatearekin - Bakailaoa maionesarekin - Fruta freskoa - Ogia
13 Kcal:812-Prot:33-Lip:8-HC:157 - Dilistak bertako barazkiekin - Arroza tomatearekin - Fruta freskoa - Ogia	14 Kcal:787-Prot:29-Lip:51-HC:56 - Entsalada mistoa - Albondigak jardineran - Fruta freskoa - Ogia	15 Kcal:973-Prot:41-Lip:39-HC:116 - Kiribilak aurora saltsan - Oilasko-hegalak entsaladarekin - Izozkia - Ogia integrala	16 Kcal:643-Prot:21-Lip:24-HC:92 - Bertako kalabaza-krema ogi integral txigortuekin - Patata tortila entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	17 Kcal:742-Prot:45-Lip:20-HC:102 - Babarrun gorriak bertako barazkiekin - Legatza arrautzaztatua piper gorriekin - Fruta freskoa - Ogia
20 Kcal:715-Prot:38-Lip:33-HC:72 - Porrusalda krema ogi integral txigortuekin - Arrautza frijituak urdaiazpikoarekin - Fruta freskoa - Ogia	21 Kcal:716-Prot:43-Lip:16-HC:106 - Makarroi integralak tomatekin - Oilasko-bularkia patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	22 Kcal:804-Prot:31-Lip:29-HC:107 - Dilistak bertako barazkiekin - San jakoboa entsaladarekin - Edateko jogurta - Ogia integrala	23 JAIA	24 JAIA
27 JAIA	28 JAIA	29 JAIA	30 JAIA	



Haragi-bolak eta hanburgesak kilometro 0-koak dira. Txahalkia saltsan prestatzeko kalitateko 'EUSKAL OKELA' erabiltzen dogu. Bertako ortuariak erabiltzen doguz.

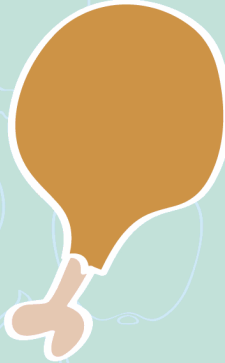


BEGONAZPI
IKASTOLA

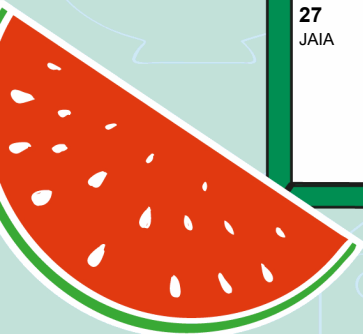
EKAINA

Menu

Astelehena	Martitzena	Eguaztena	Eguena	Barikua
		1 Kcal:790-Prot:51-Lip:24-HC:98 - Babarrun zuriak bertako barazkiekin - Bakailaoa arrautzaztatua entsaladarekin - Jogurta - Ogia integrala	2 Kcal:665-Prot:33-Lip:10-HC:116 - Arroza tomatearekin - Indioilar bukarkia txanpinoiekin - Fruta freskoa - Ogia	3 Kcal:704-Prot:42-Lip:18-HC:99 - Espageti italiarrak - Legatza labean entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia
6 Kcal:532-Prot:27-Lip:23-HC:76 - Lekak azenarioarekin - Hegaluze-medailoia entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	7 Kcal:775-Prot:39-Lip:20-HC:117 - Barazki-paella - Solomo ontzutua entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	8 Kcal:627-Prot:44-Lip:17-HC:78 - Bertoko barazki krema ogi integral txigortuekin - Indioilar gisatua piper gorriekin - Jogurta - Ogia integrala	9 Kcal:788-Prot:35-Lip:33-HC:94 - Garbantzuak bertako barazkiekin - Arrautza frijituak patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	10 Kcal:675-Prot:37-Lip:17-HC:98 - Barraskiloak tomatearekin - Bakailaoa maionesarekin - Fruta freskoa - Ogia
13 Kcal:812-Prot:33-Lip:8-HC:157 - Dilistak bertako barazkiekin - Arroza tomatearekin - Fruta freskoa - Ogia	14 Kcal:787-Prot:29-Lip:51-HC:56 - Entsalada mistoa - Albondigak jardineran - Fruta freskoa - Ogia	15 Kcal:973-Prot:41-Lip:39-HC:116 - Kiribilak aurora saltsan - Oilasko-hegalak entsaladarekin - Izozkia - Ogia integrala	16 Kcal:643-Prot:21-Lip:24-HC:92 - Bertako kalabaza-krema ogi integral txigortuekin - Patata tortila entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	17 Kcal:742-Prot:45-Lip:20-HC:102 - Babarrun gorriak bertako barazkiekin - Legatza arrautzaztatua piper gorriekin - Fruta freskoa - Ogia
20 Kcal:715-Prot:38-Lip:33-HC:72 - Porrusalda krema ogi integral txigortuekin - Arrautza frijituak urdaiazpikoarekin - Fruta freskoa - Ogia	21 Kcal:716-Prot:43-Lip:16-HC:106 - Makarroi integralak tomatekin - Oilasko-bularkia patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	22 Kcal:804-Prot:31-Lip:29-HC:107 - Dilistak bertako barazkiekin - San jakoboa entsaladarekin - Edateko jogurta - Ogia integrala	23 JAIA	24 JAIA
27 JAIA	28 JAIA	29 JAIA	30 JAIA	



Haragi-bolak eta hanburgesak kilometro 0-koak dira. Txahalkia saltsan prestatzeko kalitateko 'EUSKAL OKELA' erabiltzen dogu. Bertako ortuariak erabiltzen doguz.





EKAINA



AZALIK GABEKO FRUTARIK EZ,
HEZURDUN FRUTARIK EZ

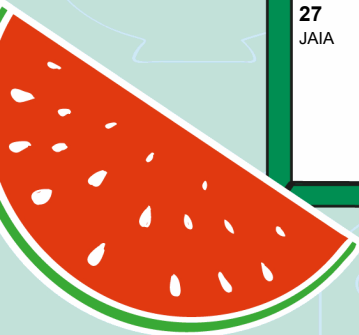
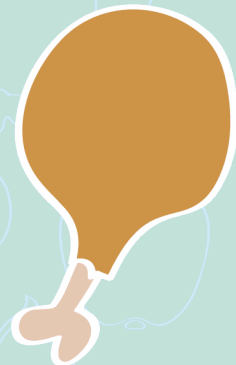


BEGONAZPI IKASTOLA

Menu



Astelehena	Martitzena	Eguaztena	Eguena	Barikua
		1 Kcal:790-Prot:51-Lip:24-HC:98 - Babarrun zuriak bertako barazkiekin - Bakailaoa arrautzaztatua entsaladarekin - Jogurta - Ogia integrala	2 Kcal:665-Prot:33-Lip:10-HC:116 - Arroza tomatearekin - Indioilar bukarkia txanpinoiekin - Fruta freskoa - Ogia	3 Kcal:704-Prot:42-Lip:18-HC:99 - Espageti italiarrak - Legatza labean entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia
6 Kcal:532-Prot:27-Lip:23-HC:76 - Lekak azenarioarekin - Hegaluze-medailoia entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	7 Kcal:775-Prot:39-Lip:20-HC:117 - Barazki-paella - Solomo ontzutua entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	8 Kcal:627-Prot:44-Lip:17-HC:78 - Bertoko barazki krema ogi integral txigortuekin - Indioilar gisatua piper gorriekin - Jogurta - Ogia integrala	9 Kcal:788-Prot:35-Lip:33-HC:94 - Garbantzuak bertako barazkiekin - Arrautza frijituak patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	10 Kcal:675-Prot:37-Lip:17-HC:98 - Barraskiloak tomatearekin - Bakailaoa maionesarekin - Fruta freskoa - Ogia
13 Kcal:812-Prot:33-Lip:8-HC:157 - Dilistak bertako barazkiekin - Arroza tomatearekin - Fruta freskoa - Ogia	14 Kcal:787-Prot:29-Lip:51-HC:56 - Entsalada mistoa - Albondigak jardineran - Fruta freskoa - Ogia	15 Kcal:973-Prot:41-Lip:39-HC:116 - Kiribilak aurora saltsan - Oilasko-hegalak entsaladarekin - Izozkia - Ogia integrala	16 Kcal:643-Prot:21-Lip:24-HC:92 - Bertako kalabaza-krema ogi integral txigortuekin - Patata tortila entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	17 Kcal:742-Prot:45-Lip:20-HC:102 - Babarrun gorriak bertako barazkiekin - Legatza arrautzaztatua piper gorriekin - Fruta freskoa - Ogia
20 Kcal:715-Prot:38-Lip:33-HC:72 - Porrusalda krema ogi integral txigortuekin - Arrautza frijituak urdaiazpikoarekin - Fruta freskoa - Ogia	21 Kcal:716-Prot:43-Lip:16-HC:106 - Makarroi integralak tomatekin - Oilasko-bularkia patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	22 Kcal:804-Prot:31-Lip:29-HC:107 - Dilistak bertako barazkiekin - San jakoboa entsaladarekin - Edateko jogurta - Ogia integrala	23 JAIA	24 JAIA
27 JAIA	28 JAIA	29 JAIA	30 JAIA	



Haragi-bolak eta hanburgesak kilometro 0-koak dira. Txahalkia saltsan prestatzeko kalitateko 'EUSKAL OKELA' erabiltzen dogu. Bertako ortuariak erabiltzen doguz.



EKAINA

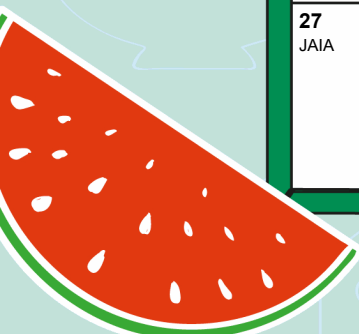
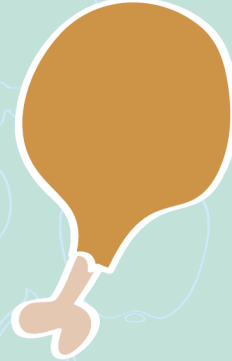


BEGONAZPI IKASTOLA

Menu



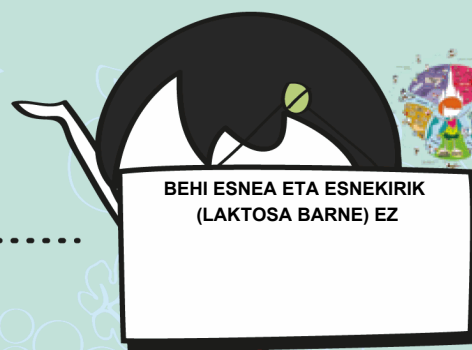
Astelehena	Martitzena	Eguaztena	Eguena	Barikua
		1 Kcal:713-Prot:42-Lip:26-HC:84 - Patatak barazkiekin - Bakailaoa arrautzaztatua entsaladarekin - Jogurta - Ogia integrala	2 Kcal:665-Prot:33-Lip:10-HC:116 - Arroza tomatearekin - Indioilar bukarkia txanpinoiekin - Fruta freskoa - Ogia	3 Kcal:704-Prot:42-Lip:18-HC:99 - Espageti italiarrak - Legatza labean entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia
6 Kcal:532-Prot:27-Lip:23-HC:76 - Lekak azenarioarekin - Hegaluze-medailoia entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	7 Kcal:775-Prot:39-Lip:20-HC:117 - Barazki-paella - Solomo ontzutua entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	8 Kcal:627-Prot:44-Lip:17-HC:78 - Bertoko barazki krema ogi integral txigortuekin - Indioilar gisatua piper gorriekin - Jogurta - Ogia integrala	9 Kcal:788-Prot:35-Lip:33-HC:94 - Garbantzuak bertako barazkiekin - Arrautza frijituak patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	10 Kcal:675-Prot:37-Lip:17-HC:98 - Barraskiloak tomatearekin - Bakailaoa maionesarekin - Fruta freskoa - Ogia
13 Kcal:812-Prot:33-Lip:8-HC:157 - Dilistak bertako barazkiekin - Arroza tomatearekin - Fruta freskoa - Ogia	14 Kcal:787-Prot:29-Lip:51-HC:56 - Entsalada mistoa - Albondigak jardineran - Fruta freskoa - Ogia	15 Kcal:973-Prot:41-Lip:39-HC:116 - Kiribilak aurora saltsan - Oilasko-hegalak entsaladarekin - Izozkia - Ogia integrala	16 Kcal:643-Prot:21-Lip:24-HC:92 - Bertako kalabaza-krema ogi integral txigortuekin - Patata tortila entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	17 Kcal:721-Prot:40-Lip:24-HC:92 - Patatak errioxar erera - Legatza arrautzaztatua piper gorriekin - Fruta freskoa - Ogia
20 Kcal:715-Prot:38-Lip:33-HC:72 - Porrusalda krema ogi integral txigortuekin - Arrautza frijituak urdaiazpikoarekin - Fruta freskoa - Ogia	21 Kcal:716-Prot:43-Lip:16-HC:106 - Makarroi integralak tomatekin - Oilasko-bularkia patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	22 Kcal:804-Prot:31-Lip:29-HC:107 - Dilistak bertako barazkiekin - San jakoboa entsaladarekin - Edateko jogurta - Ogia integrala	23 JAIA	24 JAIA
27 JAIA	28 JAIA	29 JAIA	30 JAIA	



Haragi-bolak eta hanburgesak kilometro 0-koak dira. Txahalkia saltsan prestatzeko kalitateko 'EUSKAL OKELA' erabiltzen dogu. Bertako ortuariak erabiltzen doguz.



EKAINA

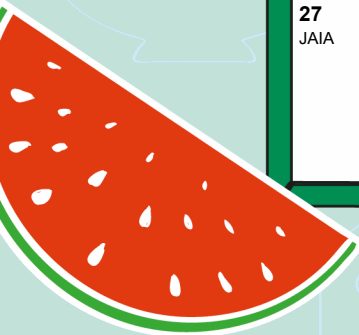
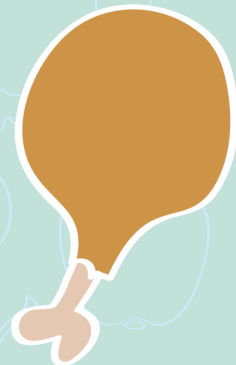


BEGONAZPI IKASTOLA

Menu



Astlehena	Martitzena	Eguaztena	Eguena	Barikua
		1 Kcal:776-Prot:50-Lip:23-HC:97 - Babarrun zuriak bertako barazkiekin - Bakailaoa arrautzatzatua entsaladarekin - Sojako postrea - Ogia integrala	2 Kcal:665-Prot:33-Lip:10-HC:116 - Arroza tomatearekin - Indioilar bukarkia txanpinoiekin - Fruta freskoa - Ogia	3 Kcal:704-Prot:42-Lip:18-HC:99 - Espageti italiarrak - Legatza labean entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia
6 Kcal:785-Prot:36-Lip:35-HC:90 - Lekak azenarioarekin - Hegalaburra labean entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	7 Kcal:775-Prot:39-Lip:20-HC:117 - Barazki-paella - Solomo ontzutua entsaladarekin (d) - Fruta freskoa - Ogia	8 Kcal:613-Prot:42-Lip:16-HC:78 - Bertoko barazki krema ogi integral txigortuekin - Indioilar gisatua piper gorriekin - Sojako postrea - Ogia integrala	9 Kcal:788-Prot:35-Lip:33-HC:94 - Garbantzuak bertako barazkiekin - Arrautza frijituak patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	10 Kcal:675-Prot:37-Lip:17-HC:98 - Barraskiloak tomatearekin - Bakailaoa maionesarekin - Fruta freskoa - Ogia
13 Kcal:812-Prot:33-Lip:8-HC:157 - Dilistak bertako barazkiekin - Arroza tomatearekin - Fruta freskoa - Ogia	14 Kcal:787-Prot:29-Lip:51-HC:56 - Entsalada mistoa - Albondigak jardineran (d) - Fruta freskoa - Ogia	15 Kcal:707-Prot:35-Lip:20-HC:100 - Makarroiak tomatearekin - Oilasko-hegalak entsaladarekin - Sojako postrea - Ogia integrala	16 Kcal:643-Prot:21-Lip:24-HC:92 - Bertako kalabaza-krema ogi integral txigortuekin - Patata tortila entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	17 Kcal:742-Prot:45-Lip:20-HC:102 - Babarrun gorriak bertako barazkiekin - Legatza arrautzatzatua piper gorriekin - Fruta freskoa - Ogia
20 Kcal:715-Prot:38-Lip:33-HC:72 - Porrusalda krema ogi integral txigortuekin - Arrautza frijituak urdaiazpikoarekin - Fruta freskoa - Ogia	21 Kcal:716-Prot:43-Lip:16-HC:106 - Makarroi integralak tomatekin - Oilasko-bularkia patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	22 Kcal:841-Prot:54-Lip:24-HC:101 - Dilistak bertako barazkiekin - Txahal-gisatua - Sojako postrea - Ogia integrala	23 JAIA	24 JAIA
27 JAIA	28 JAIA	29 JAIA	30 JAIA	



Haragi-bolak eta hanburgesak kilometro 0-koak dira. Txahalkia saltsan prestatzeko kalitateko 'EUSKAL OKELA' erabiltzen dogu. Bertako ortuariak erabiltzen doguz.



EKAINA

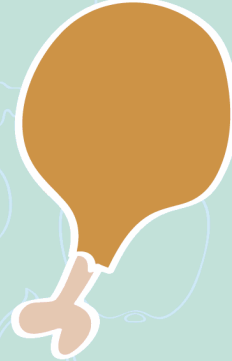


BEGONAZPI IKASTOLA

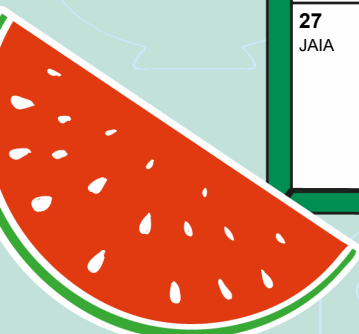
Menu



Astelehena	Martitzena	Eguaztena	Eguena	Barikua
		1 Kcal:790-Prot:51-Lip:24-HC:98 - Babarrun zuriak bertako barazkiekin - Bakailaoa arrautzaztatua entsaladarekin - Jogurta - Ogia integrala	2 Kcal:665-Prot:33-Lip:10-HC:116 - Arroza tomatearekin - Indioilar bukarkia txanpinoiekin - Fruta freskoa - Ogia	3 Kcal:704-Prot:42-Lip:18-HC:99 - Espageti italiarrak - Legatza labean entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia
6 Kcal:532-Prot:27-Lip:23-HC:76 - Lekak eta azenario purea - Hegaluze-medailoia entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	7 Kcal:775-Prot:39-Lip:20-HC:117 - Barazki-paella - Solomo ontzutua entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	8 Kcal:627-Prot:44-Lip:17-HC:78 - Bertoko barazki krema ogi integral txigortuekin - Indioilar gisatua piper gorriekin - Jogurta - Ogia integrala	9 Kcal:788-Prot:35-Lip:33-HC:94 - Garbantzuak bertako barazkiekin - Arrautza frijituak patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	10 Kcal:675-Prot:37-Lip:17-HC:98 - Barraskiloak tomatearekin - Bakailaoa maionesarekin - Fruta freskoa - Ogia
13 Kcal:812-Prot:33-Lip:8-HC:157 - Dilistak bertako barazkiekin - Arroza tomatearekin - Fruta freskoa - Ogia	14 Kcal:803-Prot:26-Lip:42-HC:84 - Azenario krema - Albondigak jardineran - Fruta freskoa - Ogia	15 Kcal:980-Prot:49-Lip:37-HC:115 - Kiribilak aurora saltsan - Oilasko-bularkia entsaladarekin - Izozkia - Ogia integrala	16 Kcal:643-Prot:21-Lip:24-HC:92 - Bertako kalabaza-krema ogi integral txigortuekin - Patata tortila entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	17 Kcal:742-Prot:45-Lip:20-HC:102 - Babarrun gorriak bertako barazkiekin - Legatza arrautzaztatua piper gorriekin - Fruta freskoa - Ogia
20 Kcal:715-Prot:38-Lip:33-HC:72 - Porrusalda krema ogi integral txigortuekin - Arrautza frijituak urdaiazpikoarekin - Fruta freskoa - Ogia	21 Kcal:716-Prot:43-Lip:16-HC:106 - Makarroi integralak tomatekin - Oilasko-bularkia patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	22 Kcal:804-Prot:31-Lip:29-HC:107 - Dilistak bertako barazkiekin - San jakoboa entsaladarekin - Edateko jogurta - Ogia integrala	23 JAIA	24 JAIA
27 JAIA	28 JAIA	29 JAIA	30 JAIA	



Haragi-bolak eta hanburgesak kilometro 0-koak dira. Txahalkia saltsan prestatzeko kalitateko 'EUSKAL OKELA' erabiltzen dogu. Bertako ortuariak erabiltzen doguz.

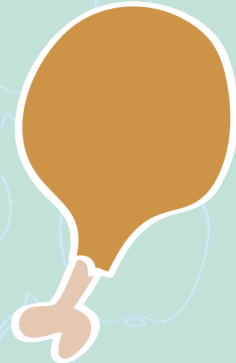




BEGONAZPI
IKASTOLA

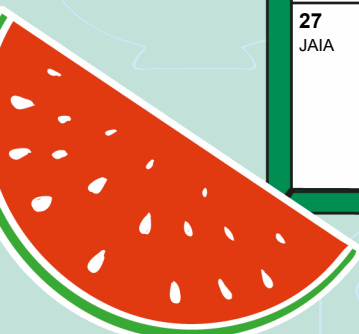
EKAINA

Menu



Astlehena	Martitzena	Eguaztena	Eguena	Barikua
		1 Kcal:0-Prot:0-Lip:0-HC:0 - - - - Ogia integrala	2 Kcal:0-Prot:0-Lip:0-HC:0 - - - - Ogia	3 Kcal:0-Prot:0-Lip:0-HC:0 - - - - Ogia
6 Kcal:0-Prot:0-Lip:0-HC:0 - - - Ogia	7 Kcal:0-Prot:0-Lip:0-HC:0 - - - Ogia	8 Kcal:0-Prot:0-Lip:0-HC:0 - - - Ogia integrala	9 Kcal:0-Prot:0-Lip:0-HC:0 - - - Ogia	10 Kcal:0-Prot:0-Lip:0-HC:0 - - - Ogia
13 Kcal:0-Prot:0-Lip:0-HC:0 - - - Ogia	14 Kcal:0-Prot:0-Lip:0-HC:0 - - - Ogia	15 Kcal:0-Prot:0-Lip:0-HC:0 - - - Ogia integrala	16 Kcal:0-Prot:0-Lip:0-HC:0 - - - Ogia	17 Kcal:0-Prot:0-Lip:0-HC:0 - - - Ogia
20 Kcal:0-Prot:0-Lip:0-HC:0 - - - Ogia	21 Kcal:0-Prot:0-Lip:0-HC:0 - - - Ogia	22 Kcal:0-Prot:0-Lip:0-HC:0 - - - Ogia integrala	23 JAIA	24 JAIA
27 JAIA	28 JAIA	29 JAIA	30 JAIA	

Haragi-bolak eta hanburgesak kilometro 0-koak dira. Txahalkia saltsan prestatzeko kalitateko 'EUSKAL OKELA' erabiltzen dogu.
Bertako ortuariak erabiltzen doguz.





EKAINA

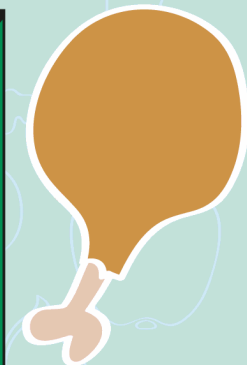


FRUITU LEHORRIK EZ,
HEZURDUN FRUTARIK EZ

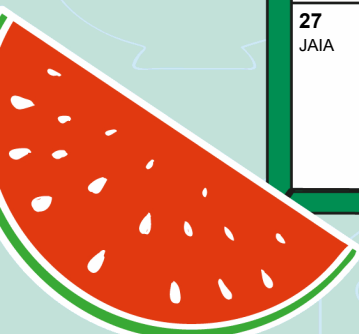


BEGONAZPI IKASTOLA

Menu



Astelehena	Martitzena	Eguaztena	Eguena	Barikua
		1 Kcal:790-Prot:51-Lip:24-HC:98 - Babarrun zuriak bertako barazkiekin - Bakailaoa arrautzaztatua entsaladarekin - Jogurta - Ogia integrala	2 Kcal:665-Prot:33-Lip:10-HC:116 - Arroza tomatearekin - Indioilar bukarkia txanpinoiekin - Fruta freskoa - Ogia	3 Kcal:704-Prot:42-Lip:18-HC:99 - Espageti italiarrak - Legatza labean entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia
6 Kcal:532-Prot:27-Lip:23-HC:76 - Lekak azenarioarekin - Hegaluze-medailoia entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	7 Kcal:775-Prot:39-Lip:20-HC:117 - Barazki-paella - Solomo ontzutua entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	8 Kcal:627-Prot:44-Lip:17-HC:78 - Bertoko barazki krema ogi integral txigortuekin - Indioilar gisatua piper gorriekin - Jogurta - Ogia integrala	9 Kcal:788-Prot:35-Lip:33-HC:94 - Garbantzuak bertako barazkiekin - Arrautza frijituak patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	10 Kcal:675-Prot:37-Lip:17-HC:98 - Barraskiloak tomatearekin - Bakailaoa maionesarekin - Fruta freskoa - Ogia
13 Kcal:812-Prot:33-Lip:8-HC:157 - Dilistak bertako barazkiekin - Arroza tomatearekin - Fruta freskoa - Ogia	14 Kcal:787-Prot:29-Lip:51-HC:56 - Entsalada mistoa - Albondigak jardineran - Fruta freskoa - Ogia	15 Kcal:973-Prot:41-Lip:39-HC:116 - Kiribilak aurora saltsan - Oilasko-hegalak entsaladarekin - Izozkia - Ogia integrala	16 Kcal:643-Prot:21-Lip:24-HC:92 - Bertako kalabaza-krema ogi integral txigortuekin - Patata tortila entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	17 Kcal:742-Prot:45-Lip:20-HC:102 - Babarrun gorriak bertako barazkiekin - Legatza arrautzaztatua piper gorriekin - Fruta freskoa - Ogia
20 Kcal:715-Prot:38-Lip:33-HC:72 - Porrusalda krema ogi integral txigortuekin - Arrautza frijituak urdaiazpikoarekin - Fruta freskoa - Ogia	21 Kcal:716-Prot:43-Lip:16-HC:106 - Makarroi integralak tomatekin - Oilasko-bularkia patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	22 Kcal:804-Prot:31-Lip:29-HC:107 - Dilistak bertako barazkiekin - San jakoboa entsaladarekin - Edateko jogurta - Ogia integrala	23 JAIA	24 JAIA
27 JAIA	28 JAIA	29 JAIA	30 JAIA	



Haragi-bolak eta hanburgesak kilometro 0-koak dira. Txahalkia saltsan prestatzeko kalitateko 'EUSKAL OKELA' erabiltzen dogu. Bertako ortuariak erabiltzen doguz.



EKAINA

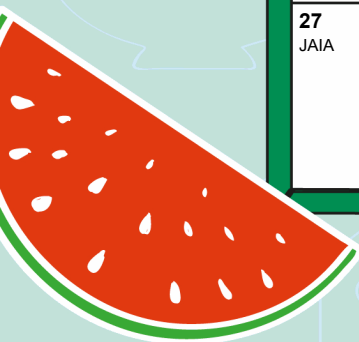


BEGONAZPI IKASTOLA

Menu



Astlehena	Martitzena	Eguaztena	Eguena	Barikua
		1 Kcal:790-Prot:51-Lip:24-HC:98 - Babarrun zuriak bertako barazkiekin - Bakailaoa arrautzaztatua entsaladarekin - Jogurta - Ogia integrala	2 Kcal:738-Prot:39-Lip:17-HC:114 - Arroza tomatearekin - Oilasko-bularkia txanpinoekin - Fruta freskoa - Ogia	3 Kcal:704-Prot:42-Lip:18-HC:99 - Espageti italiarrak - Legatza labean entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia
6 Kcal:532-Prot:27-Lip:23-HC:76 - Lekak azenarioarekin - Hegaluze-medailoia entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	7 Kcal:775-Prot:39-Lip:20-HC:117 - Barazki-paella - Solomo ontzutua entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	8 Kcal:725-Prot:58-Lip:23-HC:76 - Bertoko barazki krema ogi integral txigortuekin - Oilasko-izterra piper gorriekin - Jogurta - Ogia integrala	9 Kcal:788-Prot:35-Lip:33-HC:94 - Garbantuak bertako barazkiekin - Arrautza frijituak patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	10 Kcal:675-Prot:37-Lip:17-HC:98 - Barraskiloak tomatearekin - Bakailaoa maionesarekin - Fruta freskoa - Ogia
13 Kcal:812-Prot:33-Lip:8-HC:157 - Dilistak bertako barazkiekin - Arroza tomatearekin - Fruta freskoa - Ogia	14 Kcal:787-Prot:29-Lip:51-HC:56 - Entsalada mistoa - Albondigak jardineran - Fruta freskoa - Ogia	15 Kcal:973-Prot:41-Lip:39-HC:116 - Kiribilak aurora saltsan - Oilasko-hegalak entsaladarekin - Izozkia - Ogia integrala	16 Kcal:643-Prot:21-Lip:24-HC:92 - Bertako kalabaza-krema ogi integral txigortuekin - Patata tortila entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	17 Kcal:742-Prot:45-Lip:20-HC:102 - Babarrun gorriak bertako barazkiekin - Legatza arrautzaztatua piper gorriekin - Fruta freskoa - Ogia
20 Kcal:715-Prot:38-Lip:33-HC:72 - Porrusalda krema ogi integral txigortuekin - Arrautza frijituak urdaiazpikoarekin - Fruta freskoa - Ogia	21 Kcal:716-Prot:43-Lip:16-HC:106 - Makarroi integralak tomatekin - Oilasko-bularkia patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	22 Kcal:804-Prot:31-Lip:29-HC:107 - Dilistak bertako barazkiekin - San jakoboa entsaladarekin - Edateko jogurta - Ogia integrala	23 JAIA	24 JAIA
27 JAIA	28 JAIA	29 JAIA	30 JAIA	



Haragi-bolak eta hanburgesak kilometro 0-koak dira. Txahalkia saltsan prestatzeko kalitateko 'EUSKAL OKELA' erabiltzen dogu. Bertako ortuariak erabiltzen doguz.



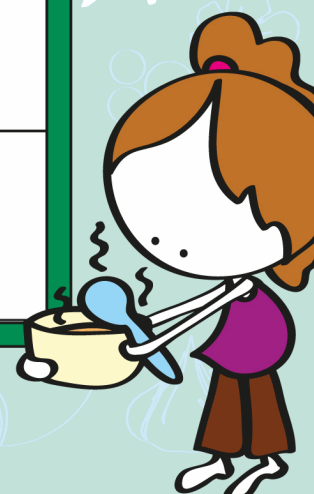
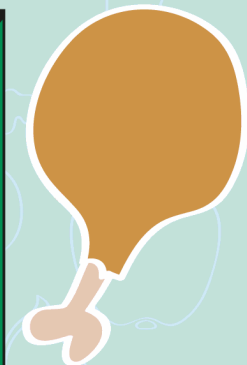
BEGONAZPI
IKASTOLA

EKAINA

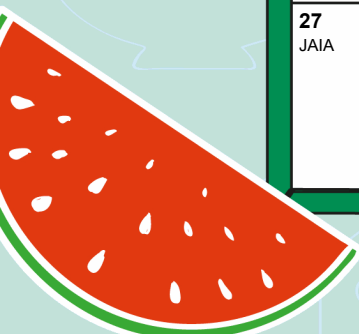
Menu

KAKAHUETERIK EZ, LEKARIK
EZ, MELOKOTOIRIK EZ,
MELOKOTOI DERIBATURIK EZ

Astelehena	Martitzena	Eguaztena	Eguena	Barikua
		1 Kcal:713-Prot:42-Lip:26-HC:84 - Patatak barazkiekin - Bakailaoa arrautzaztatua entsaladarekin - Jogurta - Ogia integrala	2 Kcal:665-Prot:33-Lip:10-HC:116 - Arroza tomatearekin - Indioilar bukarkia txanpinoiekin - Fruta freskoa - Ogia	3 Kcal:704-Prot:42-Lip:18-HC:99 - Espageti italiarrak - Legatza labean entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia
6 Kcal:732-Prot:41-Lip:25-HC:91 - Porrusalda - Hegalaburra labean entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	7 Kcal:775-Prot:39-Lip:20-HC:117 - Barazki-paella - Solomoa ontzutua entsaladarekin (d) - Fruta freskoa - Ogia	8 Kcal:627-Prot:44-Lip:17-HC:78 - Bertoko barazki krema ogi integral txigortuekin - Indioilar gisatua piper gorriekin - Jogurta - Ogia integrala	9 Kcal:692-Prot:26-Lip:32-HC:81 - Patatak barazkiekin - Arrautza frijituak patata frijituarekin - Fruta freskoa - Ogia	10 Kcal:675-Prot:37-Lip:17-HC:98 - Barraskiloak tomatearekin - Bakailaoa maionesarekin - Fruta freskoa - Ogia
13 Kcal:716-Prot:43-Lip:11-HC:117 - Arroza tomatearekin - Indioilar gisatua txanpinoiekin - Fruta freskoa - Ogia	14 Kcal:537-Prot:40-Lip:21-HC:49 - Entsalada mistoa - Solomoa labean jardinerara erara - Fruta freskoa - Ogia	15 Kcal:908-Prot:41-Lip:34-HC:110 - Kiribilak aurora saltsan - Oilasko-hegalak entsaladarekin - Jogurta - Ogia integrala	16 Kcal:643-Prot:21-Lip:24-HC:92 - Bertako kalabaza-krema ogi integral txigortuekin - Patata tortila entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	17 Kcal:721-Prot:40-Lip:24-HC:92 - Patatak errioxar erara - Legatza arrautzaztatua piper gorriekin - Fruta freskoa - Ogia
20 Kcal:715-Prot:38-Lip:33-HC:72 - Porrusalda krema ogi integral txigortuekin - Arrautza frijituak urdaiazpikoarekin - Fruta freskoa - Ogia	21 Kcal:716-Prot:43-Lip:16-HC:106 - Makarroi integralak tomatekin - Oilasko-bularkia patata frijituarekin - Fruta freskoa - Ogia	22 Kcal:729-Prot:47-Lip:23-HC:89 - Patatak barazkiekin - Txahal-gisatua - Edateko jogurta - Ogia integrala	23 JAIA	24 JAIA
27 JAIA	28 JAIA	29 JAIA	30 JAIA	



Haragi-bolak eta hanburgesak kilometro 0-koak dira. Txahalkia saltsan prestatzeko kalitateko 'EUSKAL OKELA' erabiltzen dogu. Bertako ortuariak erabiltzen doguz.





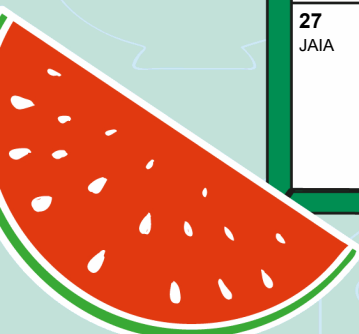
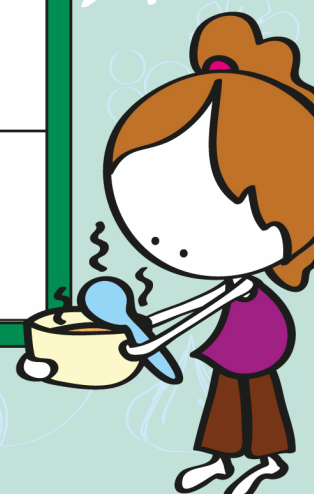
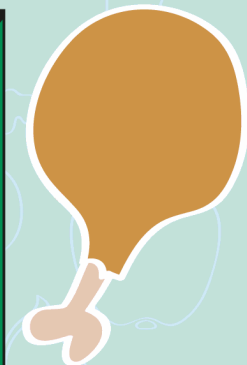
BEGONAZPI
IKASTOLA

EKAINA

Menu



Astlehena	Martitzena	Eguaztena	Eguena	Barikua
		1 Kcal:713-Prot:42-Lip:26-HC:84 - Patatak barazkiekin - Bakailaoa arrautzaztatua entsaladarekin - Jogurta - Ogia integrala	2 Kcal:665-Prot:33-Lip:10-HC:116 - Arroza tomatearekin - Indioilar bukarkia txanpinoiekin - Fruta freskoa - Ogia	3 Kcal:704-Prot:42-Lip:18-HC:99 - Espageti italiarrak - Legatza labean entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia
6 Kcal:732-Prot:41-Lip:25-HC:91 - Porrusalda - Hegalaburra labean entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	7 Kcal:775-Prot:39-Lip:20-HC:117 - Barazki-paella - Solomoa ontzutua entsaladarekin (d) - Fruta freskoa - Ogia	8 Kcal:627-Prot:44-Lip:17-HC:78 - Bertoko barazki krema ogi integral txigortuekin - Indioilar gisatua piper gorriekin - Jogurta - Ogia integrala	9 Kcal:692-Prot:26-Lip:32-HC:81 - Patatak barazkiekin - Arrautza frijituak patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	10 Kcal:675-Prot:37-Lip:17-HC:98 - Barraskiloak tomatearekin - Bakailaoa maionesarekin - Fruta freskoa - Ogia
13 Kcal:716-Prot:43-Lip:11-HC:117 - Arroza tomatearekin - Indioilar gisatua txanpinoiekin - Fruta freskoa - Ogia	14 Kcal:537-Prot:40-Lip:21-HC:49 - Entsalada mistoa - Solomoa labean jardinerara erara - Fruta freskoa - Ogia	15 Kcal:908-Prot:41-Lip:34-HC:110 - Kiribilak aurora saltsan - Oilasko-hegalak entsaladarekin - Jogurta - Ogia integrala	16 Kcal:643-Prot:21-Lip:24-HC:92 - Bertako kalabaza-krema ogi integral txigortuekin - Patata tortila entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	17 Kcal:721-Prot:40-Lip:24-HC:92 - Patatak errioxar erara - Legatza arrautzaztatua piper gorriekin - Fruta freskoa - Ogia
20 Kcal:715-Prot:38-Lip:33-HC:72 - Porrusalda krema ogi integral txigortuekin - Arrautza frijituak urdaiazpikoarekin - Fruta freskoa - Ogia	21 Kcal:716-Prot:43-Lip:16-HC:106 - Makarroi integralak tomatekin - Oilasko-bularkia patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	22 Kcal:729-Prot:47-Lip:23-HC:89 - Patatak barazkiekin - Txahal-gisatua - Edateko jogurta - Ogia integrala	23 JAIA	24 JAIA
27 JAIA	28 JAIA	29 JAIA	30 JAIA	



Haragi-bolak eta hanburgesak kilometro 0-koak dira. Txahalkia saltsan prestatzeko kalitateko 'EUSKAL OKELA' erabiltzen dogu. Bertako ortuariak erabiltzen doguz.

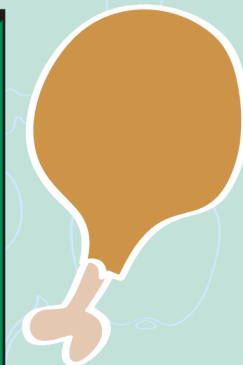


BEGONAZPI
IKASTOLA

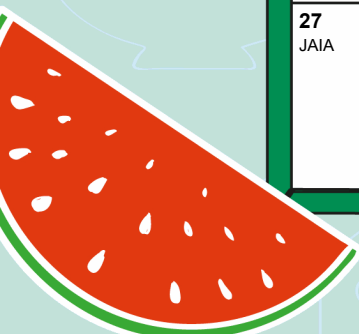
EKAINA

Menu

LEKALERIK EZ, KIWIRIK EZ,
MELOKOTOIRIK EZ,
MELOKOTOI DERIBATURIK EZ



Astelehena	Martitzena	Eguaztena	Eguena	Barikua
		1 Kcal:713-Prot:42-Lip:26-HC:84 - Patatak barazkiekin - Bakailaoa arrautzaztatua entsaladarekin - Jogurta - Ogia integrala	2 Kcal:665-Prot:33-Lip:10-HC:116 - Arroza tomatearekin - Indioilar bukarkia txanpinoiekin - Fruta freskoa - Ogia	3 Kcal:704-Prot:42-Lip:18-HC:99 - Espageti italiarrak - Legatza labean entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia
6 Kcal:732-Prot:41-Lip:25-HC:91 - Porrusalda - Hegalaburra labean entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	7 Kcal:775-Prot:39-Lip:20-HC:117 - Barazki-paella - Solomoa ontzutua entsaladarekin (d) - Fruta freskoa - Ogia	8 Kcal:627-Prot:44-Lip:17-HC:78 - Bertoko barazki krema ogi integral txigortuekin - Indioilar gisatua piper gorriekin - Jogurta - Ogia integrala	9 Kcal:692-Prot:26-Lip:32-HC:81 - Patatak barazkiekin - Arrautza frijituak patata frijituarekin - Fruta freskoa - Ogia	10 Kcal:675-Prot:37-Lip:17-HC:98 - Barraskiloak tomatearekin - Bakailaoa maionesarekin - Fruta freskoa - Ogia
13 Kcal:716-Prot:43-Lip:11-HC:117 - Arroza tomatearekin - Indioilar gisatua txanpinoiekin - Fruta freskoa - Ogia	14 Kcal:537-Prot:40-Lip:21-HC:49 - Entsalada mistoa - Solomoa labean jardinerara erara - Fruta freskoa - Ogia	15 Kcal:908-Prot:41-Lip:34-HC:110 - Kiribilak aurora saltsan - Oilasko-hegalak entsaladarekin - Jogurta - Ogia integrala	16 Kcal:643-Prot:21-Lip:24-HC:92 - Bertako kalabaza-krema ogi integral txigortuekin - Patata tortila entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	17 Kcal:721-Prot:40-Lip:24-HC:92 - Patatak errioxar erara - Legatza arrautzaztatua piper gorriekin - Fruta freskoa - Ogia
20 Kcal:715-Prot:38-Lip:33-HC:72 - Porrusalda krema ogi integral txigortuekin - Arrautza frijituak urdaiazpikoarekin - Fruta freskoa - Ogia	21 Kcal:716-Prot:43-Lip:16-HC:106 - Makarroi integralak tomatekin - Oilasko-bularkia patata frijituarekin - Fruta freskoa - Ogia	22 Kcal:729-Prot:47-Lip:23-HC:89 - Patatak barazkiekin - Txahal-gisatua - Edateko jogurta - Ogia integrala	23 JAIA	24 JAIA
27 JAIA	28 JAIA	29 JAIA	30 JAIA	



Haragi-bolak eta hanburgesak kilometro 0-koak dira. Txahalkia saltsan prestatzeko kalitateko 'EUSKAL OKELA' erabiltzen dogu. Bertako ortuariak erabiltzen doguz.



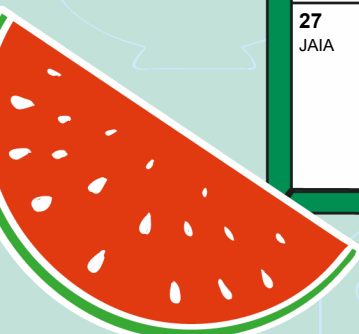
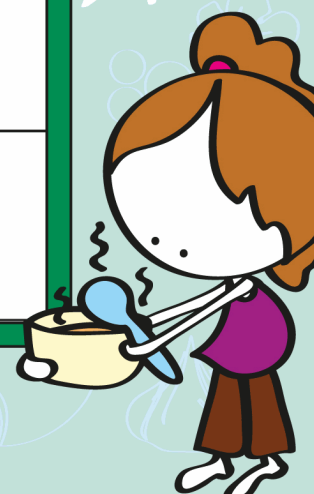
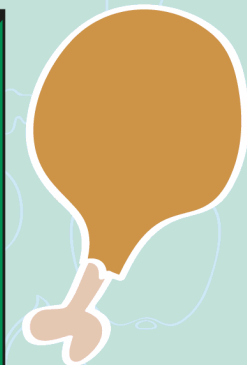
**BEGONAZPI
IKASTOLA**

EKAINA

Menu



Astelehena	Martitzena	Eguaztena	Eguena	Barikua
		1 Kcal:763-Prot:49-Lip:22-HC:98 - Babarrun zuriak bertako barazkiekin - Bakailaoa arrautzatzatua entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia integrala	2 Kcal:497-Prot:12-Lip:6-HC:106 - Arroz zuria - Indioilar bularra plantxan - Fruta freskoa - Ogia	3 Kcal:656-Prot:37-Lip:17-HC:96 - Espageti zuriak - Legatza labean entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia
6 Kcal:785-Prot:36-Lip:35-HC:90 - Lekak azenarioarekin - Hegalaburra labean entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	7 Kcal:775-Prot:39-Lip:20-HC:117 - Barazki-paella - Solomoa ontzutua entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	8 Kcal:612-Prot:41-Lip:17-HC:79 - Bertako barazki krema ogi txigortuekin - Indioilar gisatua - Fruta freskoa - Ogia integrala	9 Kcal:788-Prot:35-Lip:33-HC:94 - Garbantuak bertako barazkiekin - Arrautza frijituak patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	10 Kcal:640-Prot:36-Lip:17-HC:91 - Pasta zuria - Bakailaoa maionesarekin - Fruta freskoa - Ogia
13 Kcal:781-Prot:32-Lip:9-HC:150 - Dilistak bertako barazkiekin - Arroz zuria - Fruta freskoa - Ogia	14 Kcal:590-Prot:39-Lip:27-HC:50 - Entsalada mistoa - Solomoa labean patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	15 Kcal:659-Prot:33-Lip:19-HC:93 - Pasta zuria - Oilasko-hegalak entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia integrala	16 Kcal:641-Prot:21-Lip:24-HC:92 - Bertako kalabaza-krema ogi txigortuekin - Patata tortila entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	17 Kcal:782-Prot:45-Lip:26-HC:97 - Babarrun gorriak bertako barazkiekin - Legatza arrautzatzatua maionesarekin - Fruta freskoa - Ogia
20 Kcal:657-Prot:26-Lip:31-HC:72 - Porrusalda krema ogi txigortuekin - Arrautza frijituak entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	21 Kcal:682-Prot:41-Lip:16-HC:99 - Makarroi zuriak - Oilasko-bularkia patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	22 Kcal:448-Prot:25-Lip:4-HC:80 - Dilistak bertako barazkiekin - Solomo freskoa plantxan - Fruta freskoa - Ogia integrala	23 JAIA	24 JAIA
27 JAIA	28 JAIA	29 JAIA	30 JAIA	



Haragi-bolak eta hanburgesak kilometro 0-koak dira. Txahalkia saltsan prestatzeko kalitateko 'EUSKAL OKELA' erabiltzen dogu. Bertako ortuariak erabiltzen doguz.

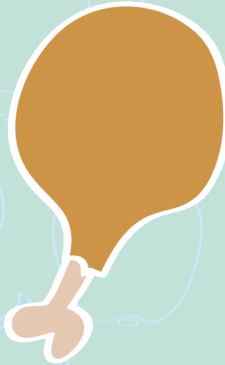


**BEGONAZPI
IKASTOLA**

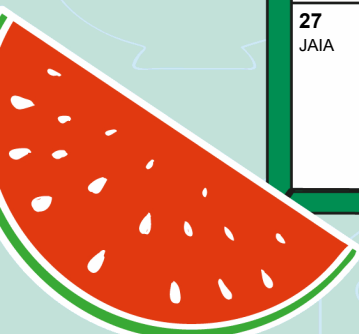
EKAINA

Menu

Astelehena	Martitzena	Eguaztena	Eguena	Barikua
		1 Kcal:683-Prot:31-Lip:29-HC:79 - Patatak errioxar erara - Tortila frantsesa - Fruta freskoa - Ogia integrala	2 Kcal:639-Prot:10-Lip:13-HC:125 - Arroza tomatearekin - Indioilar bularkia - Fruta freskoa - Ogia	3 Kcal:771-Prot:38-Lip:25-HC:106 - Espagetiak tomatearekin - Legatza arrautzaztatua maionesarekin - Fruta freskoa - Ogia
6 Kcal:719-Prot:38-Lip:25-HC:88 - Fideo zopa - Txahal-gisatua - Fruta freskoa - Ogia	7 Kcal:730-Prot:26-Lip:22-HC:113 - Arroza tomatearekin - Tortila frantsesa - Fruta freskoa - Ogia	8 Kcal:481-Prot:18-Lip:12-HC:79 - Patatak errioxar erara - Indioilar bularkia - Fruta freskoa - Ogia integrala	9 Kcal:771-Prot:37-Lip:30-HC:94 - Dilistak - Arrautza frijituak patata frijituarekin - Fruta freskoa - Ogia	10 Kcal:771-Prot:38-Lip:25-HC:106 - Barraskiloak tomatearekin - Legatza arrautzaztatua maionesarekin - Fruta freskoa - Ogia
13 Kcal:869-Prot:33-Lip:13-HC:165 - Dilistak - Arroza tomatearekin - Fruta freskoa - Ogia	14 Kcal:339-Prot:10-Lip:5-HC:67 - Fideo zopa - Txahal-hanburgesa 100% - Fruta freskoa - Ogia	15 Kcal:584-Prot:24-Lip:10-HC:106 - Kirikilak tomatearekin - Txahal-hanburgesa - Fruta freskoa - Ogia integrala	16 Kcal:810-Prot:24-Lip:24-HC:133 - Arroza tomatearekin - Patata tortila - Fruta freskoa - Ogia	17 Kcal:761-Prot:40-Lip:31-HC:87 - Patatak errioxar erara - Legatza arrautzaztatua maionesarekin - Fruta freskoa - Ogia
20 Kcal:606-Prot:22-Lip:27-HC:73 - Fideo zopa - Arrautza frijituak patata frijituarekin - Fruta freskoa - Ogia	21 Kcal:492-Prot:16-Lip:6-HC:98 - Makarroiak tomatearekin - Oilasko-bularkia - Fruta freskoa - Ogia	22 Kcal:774-Prot:57-Lip:20-HC:98 - Dilistak - Txahal-gisatua - Fruta freskoa - Ogia integrala	23 JAIA	24 JAIA
27 JAIA	28 JAIA	29 JAIA	30 JAIA	



Haragi-bolak eta hanburgesak kilometro 0-koak dira. Txahalkia saltsan prestatzeko kalitateko 'EUSKAL OKELA' erabiltzen dogu. Bertako ortuariak erabiltzen doguz.





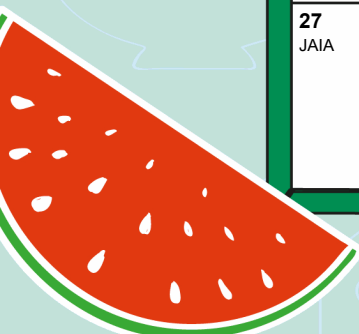
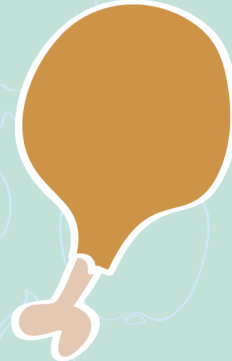
BEGONAZPI IKASTOLA

EKAINA

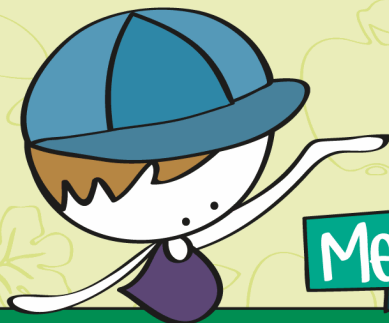
Menu



Astelehena	Martitzena	Eguaztena	Eguena	Barikua
		1 Kcal:694-Prot:48-Lip:18-HC:90 - Babarrun zuriak bertako barazkiekin - Bakailaoa labean entsaladarekin - Jogurta - Ogia integrala	2 Kcal:665-Prot:33-Lip:10-HC:116 - Arroza tomatearekin - Indioilar bukarkia txanpinoiekin - Fruta freskoa - Ogia	3 Kcal:440-Prot:24-Lip:17-HC:48 - Espageti italiarrak (zd) - Legatza labean entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia
6 Kcal:785-Prot:36-Lip:35-HC:90 - Lekak azenarioarekin - Hegalaburra labean entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	7 Kcal:775-Prot:39-Lip:20-HC:117 - Barazki-paella - Solomo ontzutua entsaladarekin (d) - Fruta freskoa - Ogia	8 Kcal:735-Prot:40-Lip:25-HC:89 - Bertako barazki krema ogi txigortuekin - Indioilar gisatua piper gorriekin - Jogurta - Ogia integrala	9 Kcal:788-Prot:35-Lip:33-HC:94 - Garbantzuak bertako barazkiekin - Arrautza frijituak patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	10 Kcal:825-Prot:30-Lip:29-HC:111 - Makarroiak tomatearekin (zd) - Bakailaoa labean maionesarekin - Fruta freskoa - Ogia
13 Kcal:812-Prot:33-Lip:8-HC:157 - Dilistak bertako barazkiekin - Arroza tomatearekin - Fruta freskoa - Ogia	14 Kcal:899-Prot:26-Lip:59-HC:67 - Entsalada mistoa (d) - Albondigak jardineran (d) - Fruta freskoa - Ogia	15 Kcal:760-Prot:32-Lip:25-HC:102 - Makarroiak tomatearekin (zd) - Oilasko-hegalak entsaladarekin - Jogurta - Ogia integrala	16 Kcal:641-Prot:21-Lip:24-HC:92 - Bertako kalabaza-krema ogi txigortuekin - Patata tortila entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	17 Kcal:708-Prot:42-Lip:19-HC:98 - Babarrun gorriak bertako barazkiekin - Legatza labean piper gorriekin - Fruta freskoa - Ogia
20 Kcal:824-Prot:35-Lip:40-HC:83 - Porrusalda krema ogi txigortuekin - Arrautza frijituak urdaiazpikoarekin - Fruta freskoa - Ogia	21 Kcal:867-Prot:35-Lip:28-HC:119 - Makarroiak tomatearekin (zd) - Oilasko-bularkia patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	22 Kcal:863-Prot:55-Lip:25-HC:105 - Dilistak bertako barazkiekin - Txahal-gisatua - Edateko jogurta - Ogia integrala	23 JAIA	24 JAIA
27 JAIA	28 JAIA	29 JAIA	30 JAIA	



Haragi-bolak eta hanburgesak kilometro 0-koak dira. Txahalkia saltsan prestatzeko kalitateko 'EUSKAL OKELA' erabiltzen dogu. Bertako ortuariak erabiltzen doguz.



Menu

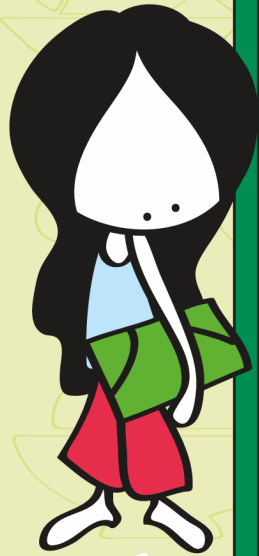
EKAINA

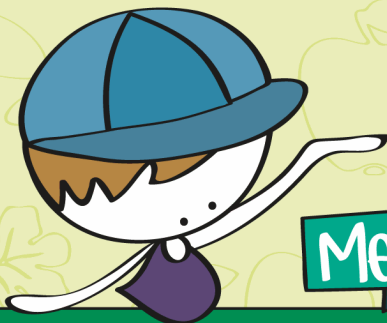
ACTIMEL-IK EZ, BABARRUNIK EZ, KIWIRIK EZ

BEGONAZPI IKASTOLA

Astlehena	Martitzena	Eguaztena	Eguena	Barikua
		1 Kcal:713-Prot:42-Lip:26-HC:84 - Patatak barazkiekin - Bakailaoa arrautzaztatua entsaladarekin - Jogurta - Ogia integrala	2 Kcal:665-Prot:33-Lip:10-HC:116 - Arroza tomatearekin - Indioilar bukarkia txanpinoiekin - Fruta freskoa - Ogia	3 Kcal:704-Prot:42-Lip:18-HC:99 - Espageti italiarrak - Legatza labean entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia
6 Kcal:532-Prot:27-Lip:23-HC:76 - Lekak azenarioarekin - Hegaluze-medailoia entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	7 Kcal:775-Prot:39-Lip:20-HC:117 - Barazki-paella - Solomo ontzutua entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	8 Kcal:627-Prot:44-Lip:17-HC:78 - Bertoko barazki krema ogi integral txigortuekin - Indioilar gisatua piper gorriekin - Jogurta - Ogia integrala	9 Kcal:788-Prot:35-Lip:33-HC:94 - Garbantzuak bertako barazkiekin - Arrautza frijituak patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	10 Kcal:675-Prot:37-Lip:17-HC:98 - Barraskiloak tomatearekin - Bakailaoa maionesarekin - Fruta freskoa - Ogia
13 Kcal:812-Prot:33-Lip:8-HC:157 - Dilistak bertako barazkiekin - Arroza tomatearekin - Fruta freskoa - Ogia	14 Kcal:787-Prot:29-Lip:51-HC:56 - Entsalada mistoa - Albondigak jardineran - Fruta freskoa - Ogia	15 Kcal:973-Prot:41-Lip:39-HC:116 - Kiribilak aurora saltsan - Oilasko-hegalak entsaladarekin - Izozkia - Ogia integrala	16 Kcal:643-Prot:21-Lip:24-HC:92 - Bertako kalabaza-krema ogi integral txigortuekin - Patata tortila entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	17 Kcal:721-Prot:40-Lip:24-HC:92 - Patatak errioxar erera - Legatza arrautzaztatua piper gorriekin - Fruta freskoa - Ogia
20 Kcal:715-Prot:38-Lip:33-HC:72 - Porrusalda krema ogi integral txigortuekin - Arrautza frijituak urdaiazpikoarekin - Fruta freskoa - Ogia	21 Kcal:716-Prot:43-Lip:16-HC:106 - Makarroi integralak tomatekin - Oilasko-bularkia patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	22 Kcal:796-Prot:32-Lip:30-HC:104 - Dilistak bertako barazkiekin - San jakoboa entsaladarekin - Jogurta - Ogia integrala	23 JAIA	24 JAIA
27 JAIA	28 JAIA	29 JAIA	30 JAIA	

Ikasle bolak eta hamburgerak kilometro 0-koak dira. Txahalkia saltsan prestatzeko kalitateko 'EUSKAL OKELA' erabiltzen dogu. Bertako ortuariak erabiltzen doguz.





Menu

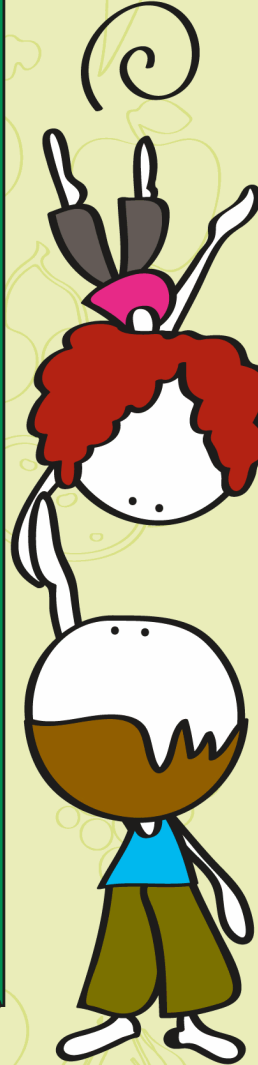
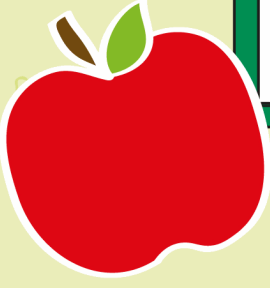
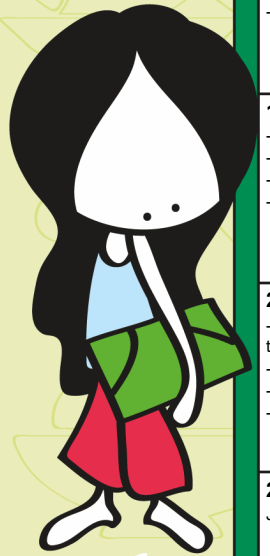
EKAINA

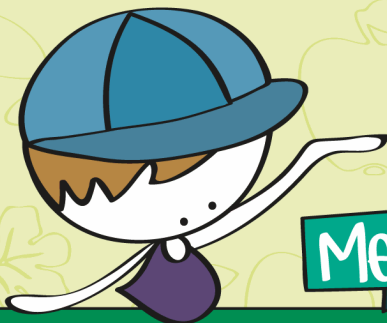
ARRAINARIK EZ, FRUITU
LEHORRIK EZ



Astelehena	Martitzena	Eguaztena	Eguena	Barikua
		1 Kcal:937-Prot:51-Lip:41-HC:96 - Babarrun zuriak bertako barazkiekin - Txerri-txuleta labean entsaladarekin - Jogurta - Ogia integrala	2 Kcal:665-Prot:33-Lip:10-HC:116 - Arroza tomatearekin - Indioilar bukarkia txanpinoiekin - Fruta freskoa - Ogia	3 Kcal:810-Prot:47-Lip:24-HC:107 - Espageti italiarrak - Solomo ontzutua entsaladarekin (d) - Fruta freskoa - Ogia
6 Kcal:543-Prot:35-Lip:21-HC:62 - Lekak azenarioarekin - Oilasko-bularkia entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	7 Kcal:775-Prot:39-Lip:20-HC:117 - Barazki-paella - Solomo ontzutua entsaladarekin (d) - Fruta freskoa - Ogia	8 Kcal:627-Prot:44-Lip:17-HC:78 - Bertoko barazki krema ogi integral txigortuarekin - Indioilar gisatua piper gorriekin - Jogurta - Ogia integrala	9 Kcal:788-Prot:35-Lip:33-HC:94 - Garbantzuak bertako barazkiekin - Arrautza frijituak patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	10 Kcal:899-Prot:42-Lip:38-HC:104 - Barraskiloak tomatearekin - Txerri-txuleta labean entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia
13 Kcal:812-Prot:33-Lip:8-HC:157 - Dilistak bertako barazkiekin - Arroza tomatearekin - Fruta freskoa - Ogia	14 Kcal:899-Prot:26-Lip:59-HC:67 - Entsalada mistoa (d) - Albondigak jardineran (d) - Fruta freskoa - Ogia	15 Kcal:908-Prot:41-Lip:34-HC:110 - Kiribilak aurora saltsan - Oilasko-hegalak entsaladarekin - Jogurta - Ogia integrala	16 Kcal:643-Prot:21-Lip:24-HC:92 - Bertako kalabaza-krema ogi integral txigortuekin - Patata tortila entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	17 Kcal:752-Prot:50-Lip:18-HC:102 - Babarrun gorriak bertako barazkiekin - Solomo ontzutua piper gorriekin (d) - Fruta freskoa - Ogia
20 Kcal:715-Prot:38-Lip:33-HC:72 - Porrusalda krema ogi integral txigortuekin - Arrautza frijituak urdaiazpikoarekin - Fruta freskoa - Ogia	21 Kcal:716-Prot:43-Lip:16-HC:106 - Makarroi integralak tomatekin - Oilasko-bularkia patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	22 Kcal:863-Prot:55-Lip:25-HC:105 - Dilistak bertako barazkiekin - Txahal-gisatua - Edateko jogurta - Ogia integrala	23 JAIA	24 JAIA
27 JAIA	28 JAIA	29 JAIA	30 JAIA	

🍷-bolak eta hamburgesak kilometro 0-koak dira. Txahalkia saltsan prestatzeko kalitateko 'EUSKAL OKELA' erabiltzen dogu. Bertako ortuariak erabiltzen doguz.





Menu

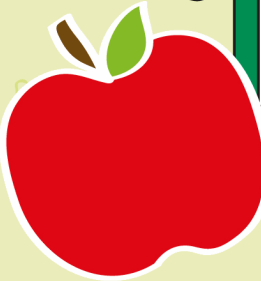
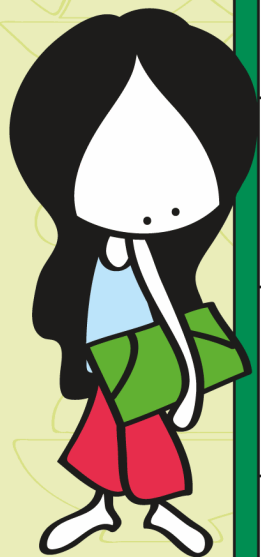
EKAINA

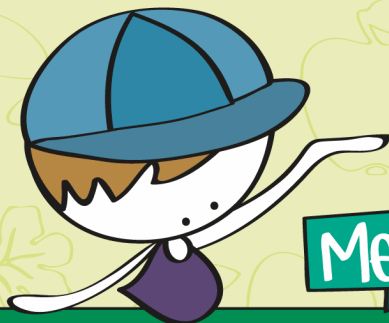
ARRAUTZARIK EZ, ESNEA ETA
ESNEKIAK (LAKTOSA BARNE)
EZ, EZTIARIK EZ, GOZOKIRIK
EZ, IRASAGARRARIK EZ,
SAGARRARIK EZ, UDARERIK
EZ, ZELIAKO, ZUKURIK EZ

BEGONAZPI IKASTOLA

Astelehena	Martitzena	Eguaztena	Eguena	Barikua
		1 Kcal:791-Prot:43-Lip:25-HC:101 - Babarrun zuriak bertako barazkiekin - Bakailaoa labeen entsaladarekin - Sojako postrea - Ogia integrala	2 Kcal:665-Prot:33-Lip:10-HC:116 - Arroza tomatearekin - Indioilar bukarkia txanpinoekin - Fruta freskoa - Ogia	3 Kcal:440-Prot:24-Lip:17-HC:48 - Espageti italiarrak (zd) - Legatza labeen entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia
6 Kcal:785-Prot:36-Lip:35-HC:90 - Lekak azenarioarekin - Hegalaburra labeen entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	7 Kcal:775-Prot:39-Lip:20-HC:117 - Barazki-paella - Solomo ontzutua entsaladarekin (d) - Fruta freskoa - Ogia	8 Kcal:721-Prot:39-Lip:24-HC:89 - Bertako barazki krema ogi txigortuarekin - Indioilar gisatua piper gorriekin - Sojako postrea - Ogia integrala	9 Kcal:926-Prot:50-Lip:39-HC:100 - Garbantzuak bertako barazkiekin - Txerri-txuleta labeen piper gorriekin - Fruta freskoa - Ogia	10 Kcal:912-Prot:27-Lip:34-HC:122 - Makarroiak tomatearekin (zd) - Bakailaoa labeen piper gorriekin - Fruta freskoa - Ogia
13 Kcal:812-Prot:33-Lip:8-HC:157 - Dilistak bertako barazkiekin - Arroza tomatearekin - Fruta freskoa - Ogia	14 Kcal:899-Prot:26-Lip:59-HC:67 - Entsalada mistoa (d) - Albondigak jardineran (d) - Fruta freskoa - Ogia	15 Kcal:746-Prot:30-Lip:24-HC:101 - Makarroiak tomatearekin (zd) - Oilasko-hegalak entsaladarekin - Sojako postrea - Ogia integrala	16 Kcal:764-Prot:35-Lip:30-HC:92 - Bertako kalabaza-krema ogi txigortuekin - Solomo ontzutua entsaladarekin (d) - Fruta freskoa - Ogia	17 Kcal:708-Prot:42-Lip:19-HC:98 - Babarrun gorriak bertako barazkiekin - Legatza labeen piper gorriekin - Fruta freskoa - Ogia
20 Kcal:657-Prot:26-Lip:31-HC:72 - Porrusalda krema ogi txigortuekin - Arrautza frijituak entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	21 Kcal:867-Prot:35-Lip:28-HC:119 - Makarroiak tomatearekin (zd) - Oilasko-bularkia patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	22 Kcal:841-Prot:54-Lip:24-HC:101 - Dilistak bertako barazkiekin - Txahal-gisatua - Sojako postrea - Ogia integrala	23 JAIA	24 JAIA
27 JAIA	28 JAIA	29 JAIA	30 JAIA	

🍷-bolak eta hamburgesak kilometro 0-koak dira. Txahalkia saltsan prestatzeko kalitateko 'EUSKAL OKELA' erabiltzen dogu. Bertako ortuariak erabiltzen doguz.





Menu

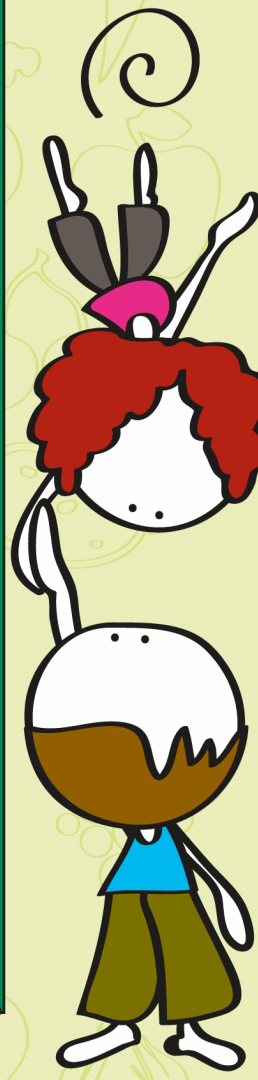
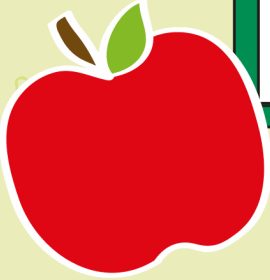
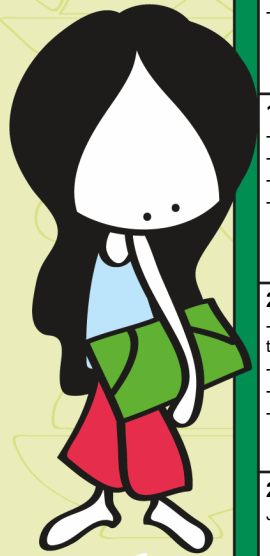
EKAINA

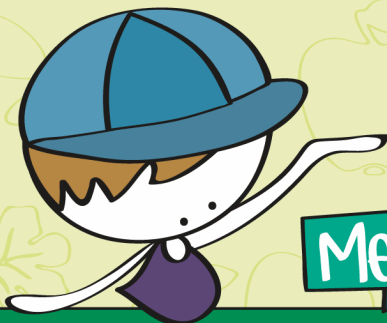
ARROZA-KOLOREKO FRUTA,
FRUITU LEHORRIK EZ,
SOLOMO ONTZUTUA

BEGONAZPI IKASTOLA

Astelehena	Martitzena	Eguaztena	Eguena	Barikua
		1 Kcal:790-Prot:51-Lip:24-HC:98 - Babarrun zuriak bertako barazkiekin - Bakailaoa arrautzaztatua entsaladarekin - Jogurta - Ogia integrala	2 Kcal:665-Prot:33-Lip:10-HC:116 - Arroza tomatearekin - Indioilar bukarkia txanpinoiekin - Fruta freskoa - Ogia	3 Kcal:704-Prot:42-Lip:18-HC:99 - Espageti italiarrak - Legatza labean entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia
6 Kcal:532-Prot:27-Lip:23-HC:76 - Lekak azenarioarekin - Hegaluze-medailoia entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	7 Kcal:765-Prot:26-Lip:28-HC:109 - Barazki-paella - Tortila frantsesa entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	8 Kcal:627-Prot:44-Lip:17-HC:78 - Bertoko barazki krema ogi integral txigortuekin - Indioilar gisatua piper gorriekin - Jogurta - Ogia integrala	9 Kcal:788-Prot:35-Lip:33-HC:94 - Garbantzuak bertako barazkiekin - Arrautza frijituak patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	10 Kcal:675-Prot:37-Lip:17-HC:98 - Barraskiloak tomatearekin - Bakailaoa maionesarekin - Fruta freskoa - Ogia
13 Kcal:812-Prot:33-Lip:8-HC:157 - Dilistak bertako barazkiekin - Arroza tomatearekin - Fruta freskoa - Ogia	14 Kcal:787-Prot:29-Lip:51-HC:56 - Entsalada mistoa - Albondigak jardineran - Fruta freskoa - Ogia	15 Kcal:973-Prot:41-Lip:39-HC:116 - Kiribilak aurora saltsan - Oilasko-hegalak entsaladarekin - Izozkia - Ogia integrala	16 Kcal:643-Prot:21-Lip:24-HC:92 - Bertako kalabaza-krema ogi integral txigortuekin - Patata tortila entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	17 Kcal:742-Prot:45-Lip:20-HC:102 - Babarrun gorriak bertako barazkiekin - Legatza arrautzaztatua piper gorriekin - Fruta freskoa - Ogia
20 Kcal:715-Prot:38-Lip:33-HC:72 - Porrusalda krema ogi integral txigortuekin - Arrautza frijituak urdaiazpikoarekin - Fruta freskoa - Ogia	21 Kcal:716-Prot:43-Lip:16-HC:106 - Makarroi integralak tomatekin - Oilasko-bularkia patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	22 Kcal:804-Prot:31-Lip:29-HC:107 - Dilistak bertako barazkiekin - San jakoboa entsaladarekin - Edateko jogurta - Ogia integrala	23 JAIA	24 JAIA
27 JAIA	28 JAIA	29 JAIA	30 JAIA	

Ikasle bolak eta hamburgerak kilometro 0-koak dira. Txahalkia saltsan prestatzeko kalitateko 'EUSKAL OKELA' erabiltzen dogu. Bertako ortuariak erabiltzen doguz.





Menu

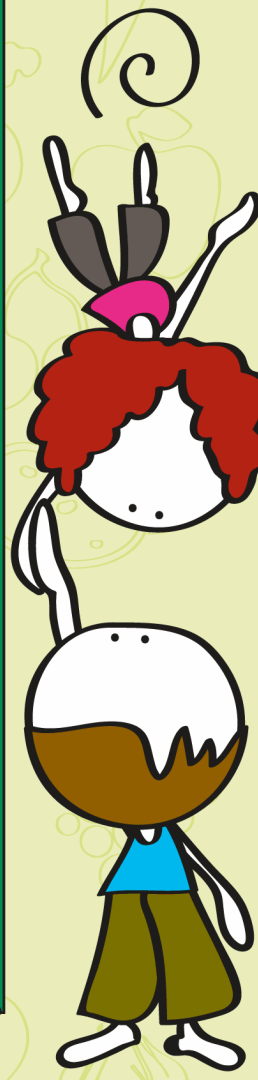
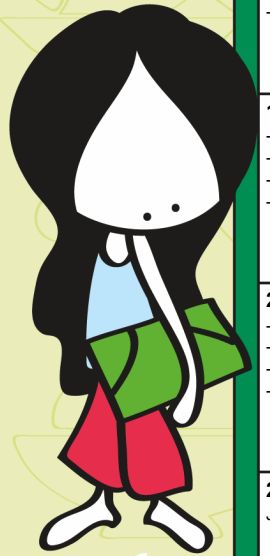
EKAINA

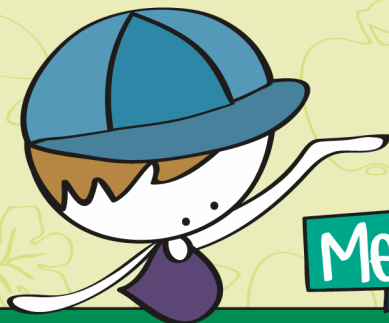
BEHI ESNEA ETA ESNEKIAK
(LAKTOSA BARNE), GLUTENA
DUTEN ZEREALAK ETA
DERIBATUAK

BEGONAZPI IKASTOLA

Astelehena	Martitzena	Eguaztena	Eguena	Barikua
		1 Kcal:791-Prot:43-Lip:25-HC:101 - Babarrun zuriak bertako barazkiekin - Bakailaoa labean entsaladarekin - Sojako postrea - Ogia integrala	2 Kcal:665-Prot:33-Lip:10-HC:116 - Arroza tomatearekin - Indioilar bukarkia txanpinoiekin - Fruta freskoa - Ogia	3 Kcal:440-Prot:24-Lip:17-HC:48 - Espageti italiarrak (zd) - Legatza labean entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia
6 Kcal:785-Prot:36-Lip:35-HC:90 - Lekak azenarioarekin - Hegalaburra labean entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	7 Kcal:775-Prot:39-Lip:20-HC:117 - Barazki-paella - Solomo ontzutua entsaladarekin (d) - Fruta freskoa - Ogia	8 Kcal:721-Prot:39-Lip:24-HC:89 - Bertako barazki krema ogi txigortuekin - Indioilar gisatua piper gorriekin - Sojako postrea - Ogia integrala	9 Kcal:788-Prot:35-Lip:33-HC:94 - Garbantzuak bertako barazkiekin - Arrautza frijituak patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	10 Kcal:825-Prot:30-Lip:29-HC:111 - Makarroiak tomatearekin (zd) - Bakailaoa labean maionesarekin - Fruta freskoa - Ogia
13 Kcal:812-Prot:33-Lip:8-HC:157 - Dilistak bertako barazkiekin - Arroza tomatearekin - Fruta freskoa - Ogia	14 Kcal:899-Prot:26-Lip:59-HC:67 - Entsalada mistoa (d) - Albondigak jardineran (d) - Fruta freskoa - Ogia	15 Kcal:746-Prot:30-Lip:24-HC:101 - Makarroiak tomatearekin (zd) - Oilasko-hegalak entsaladarekin - Sojako postrea - Ogia integrala	16 Kcal:641-Prot:21-Lip:24-HC:92 - Bertako kalabaza-krema ogi txigortuekin - Patata tortila entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	17 Kcal:708-Prot:42-Lip:19-HC:98 - Babarrun gorriak bertako barazkiekin - Legatza labean piper gorriekin - Fruta freskoa - Ogia
20 Kcal:824-Prot:35-Lip:40-HC:83 - Porrusalda krema ogi txigortuekin - Arrautza frijituak urdaiazpikoarekin - Fruta freskoa - Ogia	21 Kcal:867-Prot:35-Lip:28-HC:119 - Makarroiak tomatearekin (zd) - Oilasko-bularkia patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	22 Kcal:841-Prot:54-Lip:24-HC:101 - Dilistak bertako barazkiekin - Txahal-gisatua - Sojako postrea - Ogia integrala	23 JAIA	24 JAIA
27 JAIA	28 JAIA	29 JAIA	30 JAIA	

🍷 Kasa-bolak eta hanburgesak kilometro 0-koak dira. Txahalkia saltsan prestatzeko kalitateko 'EUSKAL OKELA' erabiltzen dogu. Bertako ortuariak erabiltzen doguz.





Menu

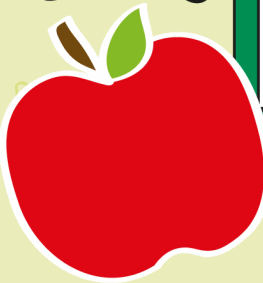
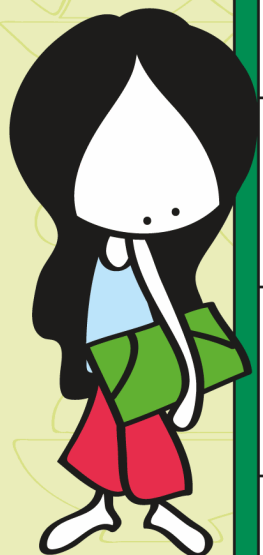
EKAINA

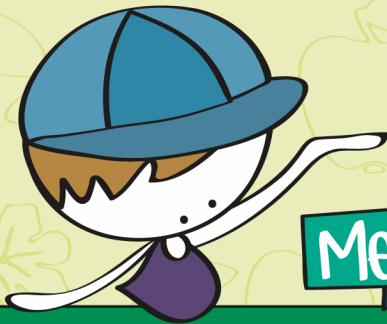
DENA PLANTZARA



Astelehena	Martitzena	Eguaztena	Eguena	Barikua
		1 Kcal:529-Prot:26-Lip:10-HC:90 - Babarrun zuriak bertako barazkiekin - Bakailaoa plantxan - Jogurta - Ogia integrala	2 Kcal:528-Prot:13-Lip:5-HC:113 - Arroza tomatearekin - Indioilar bularra plantxan - Fruta freskoa - Ogia	3 Kcal:709-Prot:35-Lip:22-HC:99 - Espageti italiarrak - Legatza plantxan entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia
6 Kcal:785-Prot:36-Lip:35-HC:90 - Lekak azenarioarekin - Hegalaburra labeen entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	7 Kcal:616-Prot:9-Lip:13-HC:120 - Barazki-paella - Solomo freskoa plantxan - Fruta freskoa - Ogia	8 Kcal:407-Prot:14-Lip:10-HC:70 - Bertoko barazki krema ogi integral txigortuekin - Indioilar bularra plantxan - Jogurta - Ogia integrala	9 Kcal:724-Prot:36-Lip:28-HC:87 - Garbantzuak bertako barazkiekin - Tortila frantsesa - Fruta freskoa - Ogia	10 Kcal:611-Prot:30-Lip:13-HC:100 - Barraskiloak tomatearekin - Bakailaoa labean - Fruta freskoa - Ogia
13 Kcal:812-Prot:33-Lip:8-HC:157 - Dilistak bertako barazkiekin - Arroza tomatearekin - Fruta freskoa - Ogia	14 Kcal:537-Prot:40-Lip:21-HC:49 - Entsalada mistoa - Solomoa labeen jardinerara erara - Fruta freskoa - Ogia	15 Kcal:973-Prot:41-Lip:39-HC:116 - Kiribilak aurora saltsan - Oilasko-hegalak entsaladarekin - Izozkia - Ogia integrala	16 Kcal:587-Prot:25-Lip:25-HC:72 - Bertako kalabaza-krema ogi integral txigortuekin - Tortila frantsesa - Fruta freskoa - Ogia	17 Kcal:614-Prot:37-Lip:14-HC:89 - Babarrun gorriak bertako barazkiekin - Legatza plantxan - Fruta freskoa - Ogia
20 Kcal:586-Prot:25-Lip:25-HC:72 - Porrusalda krema ogi integral txigortuekin - Tortila frantsesa - Fruta freskoa - Ogia	21 Kcal:831-Prot:60-Lip:24-HC:99 - Makarroi integralak tomatekin - Oilasko-bularkia plantxan - Fruta freskoa - Ogia	22 Kcal:483-Prot:27-Lip:5-HC:84 - Dilistak bertako barazkiekin - Solomo freskoa plantxan - Edateko jogurta - Ogia integrala	23 JAIA	24 JAIA
27 JAIA	28 JAIA	29 JAIA	30 JAIA	

Ikasle bolak eta hamburgerak kilometro 0-koak dira. Txahalkia saltsan prestatzeko kalitateko 'EUSKAL OKELA' erabiltzen dogu. Bertako ortuariak erabiltzen doguz.





Menu

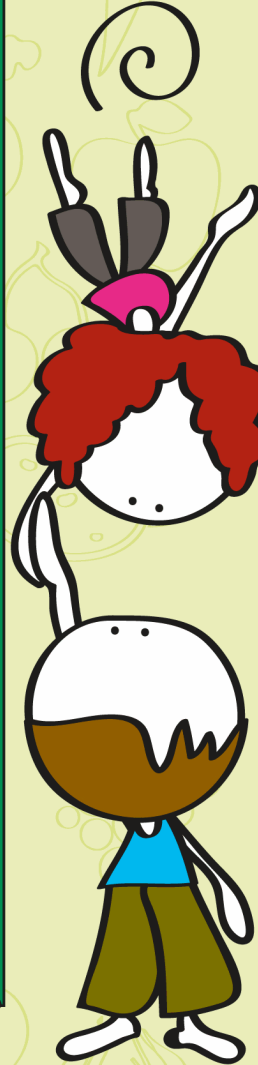
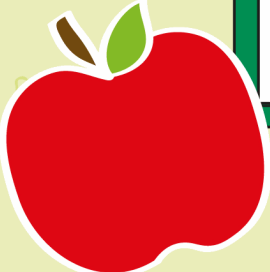
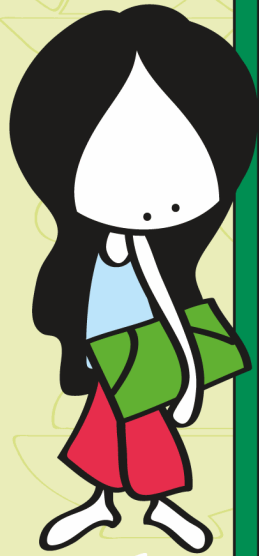
EKAINA

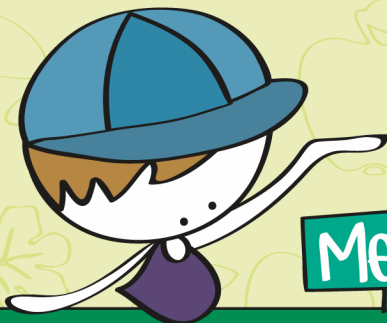
FRUITU LEHORRIK EZ,
MAIONESARIK EZ

BEGONAZPI
IKASTOLA

Astelehena	Martitzena	Eguaztena	Eguena	Barikua
		1 Kcal:790-Prot:51-Lip:24-HC:98 - Babarrun zuriak bertako barazkiekin - Bakailaoa arrautzaztatua entsaladarekin - Jogurta - Ogia integrala	2 Kcal:665-Prot:33-Lip:10-HC:116 - Arroza tomatearekin - Indioilar bukarkia txanpinoiekin - Fruta freskoa - Ogia	3 Kcal:704-Prot:42-Lip:18-HC:99 - Espageti italiarrak - Legatza labeen entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia
6 Kcal:532-Prot:27-Lip:23-HC:76 - Lekak azenarioarekin - Hegaluze-medailoia entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	7 Kcal:775-Prot:39-Lip:20-HC:117 - Barazki-paella - Solomo ontzutua entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	8 Kcal:627-Prot:44-Lip:17-HC:78 - Bertoko barazki krema ogi integral txigortuekin - Indioilar gisatua piper gorriekin - Jogurta - Ogia integrala	9 Kcal:788-Prot:35-Lip:33-HC:94 - Garbantzuak bertako barazkiekin - Arrautza frijituak patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	10 Kcal:762-Prot:35-Lip:22-HC:109 - Barraskiloak tomatearekin - Bakailaoa labeen piper gorriekin - Fruta freskoa - Ogia
13 Kcal:812-Prot:33-Lip:8-HC:157 - Dilistak bertako barazkiekin - Arroza tomatearekin - Fruta freskoa - Ogia	14 Kcal:787-Prot:29-Lip:51-HC:56 - Entsalada mistoa - Albondigak jardineran - Fruta freskoa - Ogia	15 Kcal:973-Prot:41-Lip:39-HC:116 - Kiribilak aurora saltsan - Oilasko-hegalak entsaladarekin - Izozkia - Ogia integrala	16 Kcal:643-Prot:21-Lip:24-HC:92 - Bertako kalabaza-krema ogi integral txigortuekin - Patata tortila entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	17 Kcal:742-Prot:45-Lip:20-HC:102 - Babarrun gorriak bertako barazkiekin - Legatza arrautzaztatua piper gorriekin - Fruta freskoa - Ogia
20 Kcal:715-Prot:38-Lip:33-HC:72 - Porrusalda krema ogi integral txigortuekin - Arrautza frijituak urdaiazpikoarekin - Fruta freskoa - Ogia	21 Kcal:716-Prot:43-Lip:16-HC:106 - Makarroi integralak tomatekin - Oilasko-bularkia patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	22 Kcal:804-Prot:31-Lip:29-HC:107 - Dilistak bertako barazkiekin - San jakoboa entsaladarekin - Edateko jogurta - Ogia integrala	23 JAIA	24 JAIA
27 JAIA	28 JAIA	29 JAIA	30 JAIA	

Lehen bolak eta hamburgerak kilometro 0-koak dira. Txahalkia saltsan prestatzeko kalitateko 'EUSKAL OKELA' erabiltzen dogu. Bertako ortuariak erabiltzen doguz.





Menu

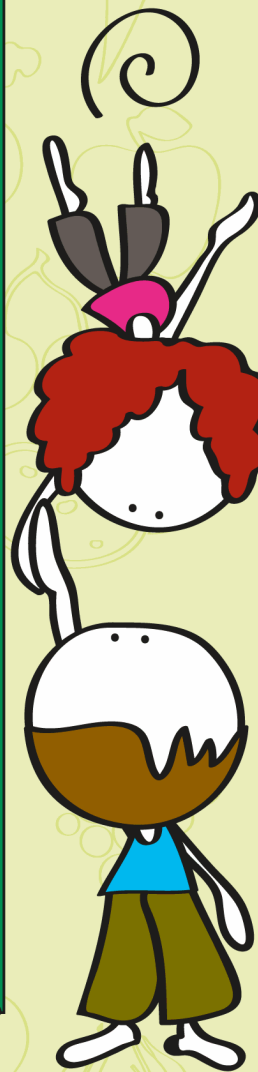
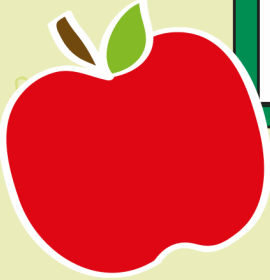
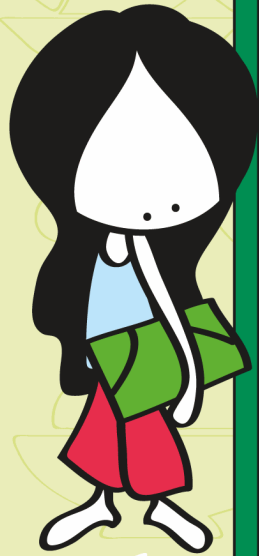
EKAINA

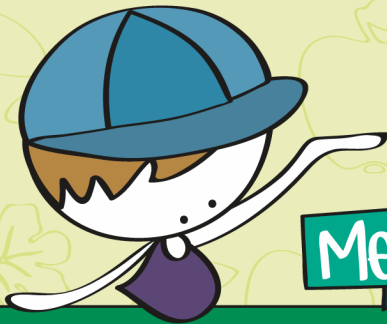


BEGONAZPI IKASTOLA

Astelehena	Martitzena	Eguaztena	Eguena	Barikua
		1 Kcal:790-Prot:51-Lip:24-HC:98 - Babarrun zuriak bertako barazkiekin - Bakailaoa arrautzaztatua entsaladarekin - Jogurta - Ogia integrala	2 Kcal:665-Prot:33-Lip:10-HC:116 - Arroza tomatearekin - Indioilar bukarkia txanpinoiekin - Fruta freskoa - Ogia	3 Kcal:704-Prot:42-Lip:18-HC:99 - Espageti italiarrak - Legatza labean entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia
6 Kcal:532-Prot:27-Lip:23-HC:76 - Lekak azenarioarekin - Hegaluze-medailoia entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	7 Kcal:775-Prot:39-Lip:20-HC:117 - Barazki-paella - Solomo ontzutua entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	8 Kcal:627-Prot:44-Lip:17-HC:78 - Bertoko barazki krema ogi integral txigortuekin - Indioilar gisatua piper gorriekin - Jogurta - Ogia integrala	9 Kcal:788-Prot:35-Lip:33-HC:94 - Garbantzuak bertako barazkiekin - Arrautza frijituak patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	10 Kcal:675-Prot:37-Lip:17-HC:98 - Barraskiloak tomatearekin - Bakailaoa maionesarekin - Fruta freskoa - Ogia
13 Kcal:812-Prot:33-Lip:8-HC:157 - Dilistak bertako barazkiekin - Arroza tomatearekin - Fruta freskoa - Ogia	14 Kcal:787-Prot:29-Lip:51-HC:56 - Entsalada mistoa - Albondigak jardineran - Fruta freskoa - Ogia	15 Kcal:973-Prot:41-Lip:39-HC:116 - Kiribilak aurora saltsan - Oilasko-hegalak entsaladarekin - Izozkia - Ogia integrala	16 Kcal:643-Prot:21-Lip:24-HC:92 - Bertako kalabaza-krema ogi integral txigortuekin - Patata tortila entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	17 Kcal:721-Prot:40-Lip:24-HC:92 - Patatak errioxar erera - Legatza arrautzaztatua piper gorriekin - Fruta freskoa - Ogia
20 Kcal:715-Prot:38-Lip:33-HC:72 - Porrusalda krema ogi integral txigortuekin - Arrautza frijituak urdaiazpikoarekin - Fruta freskoa - Ogia	21 Kcal:716-Prot:43-Lip:16-HC:106 - Makarroi integralak tomatekin - Oilasko-bularkia patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	22 Kcal:804-Prot:31-Lip:29-HC:107 - Dilistak bertako barazkiekin - San jakoboa entsaladarekin - Edateko jogurta - Ogia integrala	23 JAIA	24 JAIA
27 JAIA	28 JAIA	29 JAIA	30 JAIA	

🍷 Kasa-olak eta hamburgerak kilometro 0-koak dira. Txahalkia saltsan prestatzeko kalitateko 'EUSKAL OKELA' erabiltzen dogu. Bertako ortuariak erabiltzen doguz.





Menu

EKAINA

KRUSTAZEOARIK EZ,
MOLUSKUARIK EZ

BEGONAZPI
IKASTOLA

Astlehena	Martitzena	Eguaztena	Eguena	Barikua
		1 Kcal:790-Prot:51-Lip:24-HC:98 - Babarrun zuriak bertako barazkiekin - Bakailaoa arrautzaztatua entsaladarekin - Jogurta - Ogia integrala	2 Kcal:665-Prot:33-Lip:10-HC:116 - Arroza tomatearekin - Indioilar bukarkia txanpinoiekin - Fruta freskoa - Ogia	3 Kcal:704-Prot:42-Lip:18-HC:99 - Espageti italiarrak - Legatza labean entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia
6 Kcal:785-Prot:36-Lip:35-HC:90 - Lekak azenarioarekin - Hegalaburra labean entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	7 Kcal:775-Prot:39-Lip:20-HC:117 - Barazki-paella - Solomo ontzutua entsaladarekin (d) - Fruta freskoa - Ogia	8 Kcal:627-Prot:44-Lip:17-HC:78 - Bertoko barazki krema ogi integral txigortuekin - Indioilar gisatua piper gorriekin - Jogurta - Ogia integrala	9 Kcal:788-Prot:35-Lip:33-HC:94 - Garbantzuak bertako barazkiekin - Arrautza frijituak patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	10 Kcal:675-Prot:37-Lip:17-HC:98 - Barraskiloak tomatearekin - Bakailaoa maionesarekin - Fruta freskoa - Ogia
13 Kcal:812-Prot:33-Lip:8-HC:157 - Dilistak bertako barazkiekin - Arroza tomatearekin - Fruta freskoa - Ogia	14 Kcal:787-Prot:29-Lip:51-HC:56 - Entsalada mistoa - Albondigak jardineran (d) - Fruta freskoa - Ogia	15 Kcal:973-Prot:41-Lip:39-HC:116 - Kiribilak aurora saltsan - Oilasko-hegalak entsaladarekin - Izozkia - Ogia integrala	16 Kcal:643-Prot:21-Lip:24-HC:92 - Bertako kalabaza-krema ogi integral txigortuekin - Patata tortila entsaladarekin - Fruta freskoa - Ogia	17 Kcal:742-Prot:45-Lip:20-HC:102 - Babarrun gorriak bertako barazkiekin - Legatza arrautzaztatua piper gorriekin - Fruta freskoa - Ogia
20 Kcal:715-Prot:38-Lip:33-HC:72 - Porrusalda krema ogi integral txigortuekin - Arrautza frijituak urdaiazpikoarekin - Fruta freskoa - Ogia	21 Kcal:716-Prot:43-Lip:16-HC:106 - Makarroi integralak tomatekin - Oilasko-bularkia patata frijituekin - Fruta freskoa - Ogia	22 Kcal:863-Prot:55-Lip:25-HC:105 - Dilistak bertako barazkiekin - Txahal-gisatua - Edateko jogurta - Ogia integrala	23 JAIA	24 JAIA
27 JAIA	28 JAIA	29 JAIA	30 JAIA	

🍷 Kasa-olok eta hamburgerak kilometro 0-koak dira. Txahalkia saltsan prestatzeko kalitateko 'EUSKAL OKELA' erabiltzen dogu. Bertako ortuariak erabiltzen doguz.

