

2025 EKAINA



ASTELEHENA 2						
BARAZKI MENESTRA						
ETXKO PATATA TORTILA						
NEKTARINA						
KCAL TOT.	% PROT.	% LÍP.				% CHO
		TOT.	SAT.	MONO	POLI	
433,29	10,99	32,24	4,16	6,85	1,59	58,31

ASTEARTEA 3						
BABARRUN GORRIAK KALABAZINAREKIN						
IZOKIN MARMITAKOA						
MELOIA						
KCAL TOT.	% PROT.	% LÍP.				% CHO
		TOT.	SAT.	MONO	POLI	
486,60	22,85	16,53	2,41	6,32	2,86	64,39

ASTEAZKENA 4						
LETXUA, ATUNA ETA ARRAUTZA EGOSI ENTSALADA						
ALE OSOKO MAKARROIAK, TOMATEAREKIN						
SAGARRA						
KCAL TOT.	% PROT.	% LÍP.				% CHO
		TOT.	SAT.	MONO	POLI	
413,54	14,06	23,98	3,76	9,87	7,66	65,42

OSTEGUNA 5						
DILISTAK KALABAZAREKIN						
OILASKO BULARKIA PIÑA SALTSAN						
SANDIA						
KCAL TOT.	% PROT.	% LÍP.				% CHO
		TOT.	SAT.	MONO	POLI	
547,06	34,50	23,20	5,40	10,70	4,59	44,69

OSTIRALA 6						
ESPINAKA PUREA						
TXERRI GIHAR ETA BARAZKI PAELLA						
JOGURRA						
KCAL TOT.	% PROT.	% LÍP.				% CHO
		TOT.	SAT.	MONO	POLI	
544,59	15,09	19,58	2,88	5,92	2,53	68,48

ASTELEHENA 9						
BARAZKI PUREA						
ALE OSOKO EKO ARROZA, TXEKOR BOLOÑESAREKIN						
MELOKOTOIA						
KCAL TOT.	% PROT.	% LÍP.				% CHO
		TOT.	SAT.	MONO	POLI	
535,59	11,57	23,36	5,96	10,36	3,86	68,79

ASTEARTEA 10						
PASTA ENTSALADA						
LEGATZ SOLOMOA LABEAN, ORIO MODUAN						
JOGURRA						
KCAL TOT.	% PROT.	% LÍP.				% CHO
		TOT.	SAT.	MONO	POLI	
560,47	22,20	26,88	3,74	11,10	4,87	31,06

ASTEAZKENA 11						
LETXUA, ARTOA ETA ARRAUTZA EGOSI ENTSALADA						
TXERRI SOLOMOA LABEAN / PIPER GORRI SALTSAREKIN						
MELOIA						
KCAL TOT.	% PROT.	% LÍP.				% CHO
		TOT.	SAT.	MONO	POLI	
391,46	31,31	24,91	5,54	12,35	5,75	46,21

OSTEGUNA 12						
TXITXIRIOAK AZENARIOAREKIN						
LEGATZ XERRA ARRAUTZEZTATUA / LIMOIA						
SAGARRA						
KCAL TOT.	% PROT.	% LÍP.				% CHO
		TOT.	SAT.	MONO	POLI	
501,70	22,55	26,09	3,67	11,98	5,61	54,66

OSTIRALA 13						
BORRAIA PATATEKIN						
OILASKO IZTERRA ERREA / TXANPINIOIAK						
SANDIA						
KCAL TOT.	% PROT.	% LÍP.				% CHO
		TOT.	SAT.	MONO	POLI	
350,01	66,76	69,12	11,73	32,49	10,11	83,55

ASTELEHENA 16						
DILISTA BAKUNAK						
TXEKOR GISATUA BARAZKIEKIN						
SAGARRA						
KCAL TOT.	% PROT.	% LÍP.				% CHO
		TOT.	SAT.	MONO	POLI	
650,63	19,78	37,01	13,00	16,78	3,35	45,86

ASTEARTEA 17						
LEKAK PATATEKIN						
ETXKO PATATA ETA URDAIAZPIKO TORTILA						
JOGURRA						
KCAL TOT.	% PROT.	% LÍP.				% CHO
		TOT.	SAT.	MONO	POLI	
454,26	13,10	34,81	3,98	6,55	1,83	52,54

ASTEAZKENA DBH 18						
LETXUA, ARTOA ETA OLIBA ENTSALADA						
SAN JAKOBOA / PATATAK						
IZOZKIA						
KCAL TOT.	% PROT.	% LÍP.				% CHO
		TOT.	SAT.	MONO	POLI	
600,60	7,62	48,94	10,45	19,20	11,80	46,01



ASTELEHENA 16						
DILISTA BAKUNAK						
TXEKOR GISATUA BARAZKIEKIN						
SAGARRA						
KCAL TOT.	% PROT.	% LÍP.				% CHO
		TOT.	SAT.	MONO	POLI	
650,63	19,78	37,01	13,00	16,78	3,35	45,86

ASTEARTEA 17						
LEKAK PATATEKIN						
ETXKO PATATA ETA URDAIAZPIKO TORTILA						
JOGURRA						
KCAL TOT.	% PROT.	% LÍP.				% CHO
		TOT.	SAT.	MONO	POLI	
454,26	13,10	34,81	3,98	6,55	1,83	52,54

ASTEAZKENA HH-LH 18						
ZERBA PATATEKIN						
TXEKOR HANBURGESAK LABEAN, TOMATE SALTSAREKIN						
UDAREA						
KCAL TOT.	% PROT.	% LÍP.				% CHO
		TOT.	SAT.	MONO	POLI	
413,04	23,32	31,25	2,86	11,34	4,57	48,51

OSTEGUNA 19						
TXITXIRIOAK AZENARIOAREKIN						
LEGATZ XERRA LABEAN, KALABAZA SALTSAN						
SAGARRA						
KCAL TOT.	% PROT.	% LÍP.				% CHO
		TOT.	SAT.	MONO	POLI	
476,76	25,82	21,13	2,75	8,83	5,15	56,38

OSTIRALA 20						
LETXUA, ARTOA ETA OLIBA ENTSALADA						
SAN JAKOBOA / PATATAK						
IZOZKIA						
KCAL TOT.	% PROT.	% LÍP.				% CHO
		TOT.	SAT.	MONO	POLI	
600,60	7,62	48,94	10,45	19,20	11,80	46,01



** MENUAK BATAZBESTEKO ERRAZIO BATEKIN ETA 40G OGIAREKIN KALIBRATUTAK DAUDE.
 ** MENUAN AGERTZEN DEN FRUTA, BESTE FRUTA BATENGATIK ALDATZEKO AUKERA IZANGO DUTE.
 ** MENUAN AGERTZEN DEN JOGUR NATURAL AZUKREDUNA, AZUKREGABEKO BATENGATIK EDO FRUTARENGATIK ALDATZEKO AUKERA IZANGO DUTE.
 ** MARKATUTA EZ BADAGO, AGERTZEN DIREN PASTAK ETA ARROZAK INTEGRALAK DIRA.