



Jai eguna 100% begetala
Egun berezia



Astelehena	Asteartea	Asteazkena	Osteguna	Ostirala
		1 Patatak errioxar erara Txahal albondigak labean barazki saltsa eta patata laukitxoekin Esnea Ogi integrala	2 Arroza tomatearekin Arrain freskoa Jogurta Ogia	3 Babarrun zuriak Solomo ontzutua Piper gorriak Fruta Ogia
6 Kalabaza purea Patata tortilla Uraza Jogurta Ogia	7 Txitxirioak arroz integralarekin Izokina labean Limoia Fruta Ogia	8 Hegazti zopa Oilasko izterra labean Tomate freskoa Etxeko natilak Ogi integrala	9 Makarroi integralak tomatearekin Arrain freskoa Fruta Ogia	10 Dilistak Paella nahasia Fruta Ogia
13 Porru patatak Etxeko san jakoboak Uraza Izozki basotxoak Ogia	14 Kiribilak barregarri eta kalabazarekin Labainketa erregosia Limoia Fruta Ogia	15 Entsalada nahasia Hamburgesa mistoak labean barazki saltsa eta patata laukitxoekin Jogurta Ogi integrala	16 Dilistak porru eta kalabazarekin Legatza labean Patata panaderak Fruta Ogia	17 Arroza tomatearekin Arrautza frijituak Patatak Fruta Ogia
20 Dilistak Arroza tomatearekin Fruta Ogia	21 Patatak saltsa berdean Oilasko paparra Piper berdea Jogurta Ogia	22 Babarrun pinta Patata tortilla Uraza Fruta Ogi integrala	23 Makarroiak txorizo eta tomatearekin Arrain freskoa Jogurta Ogia	24 Zerba purea Saltxitxa freskoak labean tomate salsarekin Fruta Ogia
27 Arroza tomatearekin Pernil xerra Uraza Fruta Ogia	28 Arrain zopa Gazta eta york tortilla Uraza Fruta Ogia	29 Txitxirioak Oilasko gisatua patata eta azenarioarekin Jogurta Ogi integrala	30 Espiralak tomatearekin Legatza labean Patata panaderak Fruta Ogia	31 Dilistak porru eta kalabazinarekin Paella nahasia Fruta Ogia