



AZAROA 2021



ikono grafia
HEMEN KLIK-atu

-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-

astelehena	asteartea	asteazkena	osteguna	ostirala
01 jaia	02 AZALOREA PATATEKIN KROKETAK TOMATE FRESKOA FRUTA OGIA Cal. 802 H.C. 102 Lip. 38 P. 18	03 ESPIRALAK NAPOLIAR ERARA PATATA TORTILA TXORIZOAREKIN URAZA FRUTA OGIA Cal. 872 H.C. 117 Lip. 32 P. 35	04 TXITXIRIOAK ESPINAKEKIN LEGATZA MARINEL ERARA JOGURTA OGI INTEGRALA Cal. 631 H.C. 79 Lip. 20 P. 38	05 ENTSALADA MISTOA TXAHAL ZANGARRA PIPERRADAREKIN FRUTA OGIA Cal. 636 H.C. 51 Lip. 29 P. 43
08 AZENARIO PUREA ALBONDIGAK SALTSAN BARAZKITXOAK FRUTA OGIA Cal. 775 H.C. 79 Lip. 38 P. 30	09 ESPAGETIAK UDAZKENEKO BARAZKIEKIN ATUNA TOMATEAREKIN FRUTA OGIA Cal. 933 H.C. 111 Lip. 37 P. 46	10 ARRAIN ZOPA TXAHAL XERRA OGI ARRAILETAN PASATUTA LAU URTAROKO ENTSALADA JOGURTA OGIA Cal. 721 H.C. 63 Lip. 36 P. 38	11 ARROZA TOMATEAREKIN DILISTA EKOLOGIKOAK FRUTA OGI INTEGRALA Cal. 823 H.C. 154 Lip. 14 P. 30	12 BABARRUN NABARRAK LEGATZ XERRA ERROMATAR ERARA URAZA FRUTA OGIA Cal. 764 H.C. 87 Lip. 32 P. 38
15 PATATAK ERRIOXAKO ERARA ARRAUTZA GRATINATUAK FRUTA OGIA Cal. 831 H.C. 100 Lip. 35 P. 37	16 BABARRUN ZURIAK BAKAILAOA AJOARRIERO ERARA FRUTA OGIA Cal. 684 H.C. 97 Lip. 17 P. 42	17 LEKAK TOMATEAREKIN GRATINATUAK OILASKO ESKALOPEA GAZI-GOZO SALTSA ETA ASIATAR BARAZKITXOekin TOMATE FRESKOA FRUTA OGIA Cal. 818 H.C. 87 Lip. 35 P. 43	18 ZERBA PUREA LEGATZ XERRA ERROMATAR ERARA URAZA FRUTA OGI INTEGRALA Cal. 705 H.C. 73 Lip. 36 P. 26	19 MAKARROIAK TOMATEAREKIN TXAHAL GISATUA BARAZKITXOAK JOGURTA OGIA Cal. 809 H.C. 108 Lip. 22 P. 50
22 DILISTAK ERRUSIAR TXAHAL XERRA SALTSAN PATATA FRIJITUAK FRUTA OGIA Cal. 825 H.C. 104 Lip. 29 P. 41	23 KIRIBILAK TOMATE ETA GAZTAREKIN PATATA TORTILA LABEAN LAU URTAROKO ENTSALADA FRUTA OGIA Cal. 925 H.C. 126 Lip. 37 P. 30	24 BARAZKI PAELLA OILASKO IZTER ERREA BARRENGORRIAK BANILLAZKO NATILLAK OGIA Cal. 802 H.C. 116 Lip. 26 P. 33	25 BONIATO ETA SAGAR EKOLOGIKO PUREA TXERRI SOLOMO FRESKOA OGI ARRAILETAN PASATUTA TOMATE FRESKOA FRUTA OGI INTEGRALA Cal. 736 H.C. 82 Lip. 33 P. 32	26 TXITXIRIOAK BAKAILAOA KALABAZA EMULSIOAREKIN FRUTA OGIA Cal. 718 H.C. 87 Lip. 20 P. 53
29 PATATA GISATUAK TXAHALAREKIN SAN JAKOBOA URAZA FRUTA OGIA Cal. 879 H.C. 121 Lip. 35 P. 25	30 HEGAZTI ETA ELTZEKO ZOPA IZARREKIN ALBONDIGAK SALTSAN PATATA KARRATUAK JOGURTA OGIA Cal. 801 H.C. 81 Lip. 37 P. 40	 IS		



hozkontza
prolektua
HEMEN KLIK-atu

nutri
zio
gomendioak
HEMEN KLIK-atu

Massana
sustatzaile
HEMEN KLIK-atu

