

<p><i>Astelehena 2</i></p> <p>Fideo zopa Legatza Ori erara Fruta</p>	<p><i>Asteartea 3</i></p> <p>Arroza tomatearekin Babarrun txuriak barazkiekin Fruta</p>	<p><i>Asteazkena 4</i></p> <p>Patata gisatuak Txahal xerra azenario saltsan Fruta</p>	<p><i>Osteguna 5</i></p> <p>Arto entsalada Txitxirioak barazkiekin Jogurt</p>	<p><i>Ostirala 6</i></p> <p>Makarroiak tomatearekin Solomoa piperrekin Fruta</p>
<p><i>Astelehena 9</i></p> <p>Lekale purea Txahal hanburgesa tipularekin Fruta</p>	<p><i>Asteartea 10</i></p> <p>Pisto Kroketak letxugarekin Jogurt</p>	<p><i>Asteazkena 11</i></p> <p>Babarrun gorriak Ajoarriero Fruta</p>	<p><i>Osteguna 12</i></p> <p>Oloa barazkiekin Ilarrak azenario eta usdaiazpikoarekin Fruta</p>	<p><i>Ostirala 13</i></p> <p>Entsalada mistoa Oilaskoa labean sagar saltsarekin Fruta</p>
<p><i>Astelehena 16</i></p> <p>Barazki menestra Txahal gisatua Fruta</p>	<p><i>Asteartea 17</i></p> <p>Lekak patatekin San Marino tomatearekin Fruta</p>	<p><i>Asteazkena 18</i></p> <p>Babarrun txuriak barazkiekin Patata tortilla Jogurt eko</p>	<p><i>Osteguna 19</i></p> <p>Entsalada mistoa Espiralak tomatearekin Fruta</p>	<p><i>Ostirala 20</i></p> <p>Azenario purea Arrain paella Fruta</p>
<p><i>Astelehena 23</i></p> <p>Tomate eta pepino entsalada Pasta piper saltsarekin Fruta</p>	<p><i>Asteartea 24</i></p> <p>Txitxirioak espinakekin Relleno tomatearekin Jogurt</p>	<p><i>Asteazkena 25</i></p> <p>Lekak patatekin Limanda kuia saltsarekin Fruta</p>	<p><i>Osteguna 26</i></p> <p>Barazki purea Oilasko hegalak labean piperrekin Fruta</p>	<p><i>Ostirala 27</i></p> <p>Azenario entsalada Dilistak barazki eta arrozarekin Fruta</p>
<p><i>Astelehena 30</i></p> <p>Kuiatxo purea Albondigak saltsan Fruta</p>	<p><i>Asteartea 31</i></p> <p>Porrusalda Legatza Ori erara Fruta</p>			

KOKO ETA OLO GAILETAK

OSAGIAIK:

2 platanu

70gr koko birrindu

4 koilarakada olo

Kanela-hautsa

Koko olio koilarakada bat

PRESTAKETA:

Berotu labea 200 °C-an

Zanpatu bananak sardexka batekin

Mezclar muy bien el plátano, coco, avena canela y aceite de coco

Gailetei forma eman. Nahi duzun lodiera eman diezaiekezu, nik finiak egin ditut

Sartu labean 10-15 minutuz eta kito



Glutena



Laktosa



Soja



Kakahueteak



Arrautza



Mostaza



Arraina



Sulfitoak



Krustazeoak



Fruitu lehorrak



Moluskuak



Altramuzeak



Sésamo



Fruitu oskoldunak