

Arrunta

ASTELEHENA
ASTEARTEA
ASTEAZKENA
OSTEGUNA
OSTIRALA

02 Kcal 800 P. 43 Lip. 35 H.C. 76 – Leka suetzituak – Oilasko iztar errea barregorri, azenario eta patatekin ● Fruta Ogia	03 Kcal 890 P. 36 Lip. 21 H.C. 125 – Dilistak – San jakoboa liz entsaladarekin – Azukredun jogurt naturala Ogia	04 Kcal 772 P. 24 Lip. 21 H.C. 119 – Makarroi integralak barazkiekin – Urdaiazpiko egosi tortila letxugarekin ● Fruta Ogia	05 Kcal 750 P. 45 Lip. 19 H.C. 92 – Indaba zuriak – Legatz medailoiak galiziar erara – Zaporedun jogurta Ogia	06 Kcal 736 P. 30 Lip. 23 H.C. 102 ● Porrusalda – Behiki hanburgesa laban eginda jardinera saltsan ● Fruta Ogia
09 Kcal 694 P. 40 Lip. 40 H.C. 81 ● Barazki purea – Oilasko erregosia saltsa horixkan ● Fruta Ogia	10 Kcal 966 P. 39 Lip. 25 H.C. 140 – Arroza tomatearekin – Abadira xerra saltsa berdean – Zaporedun jogurta Ogia	11 Kcal 809 P. 30 Lip. 33 H.C. 98 – Euri zopa – Behiki eta txerri albondigak jardinera saltsan ● Fruta Ogia	12 Kcal 887 P. 30 Lip. 31 H.C. 117 ● Oreki entsalada – Ilar krema – Patata tortila liz entsaladarekin – Azukredun jogurt naturala Ogia	13 Kcal 923 P. 27 Lip. 26 H.C. 139 – Garbantzauk – Atun enpanadillak letxugarekin ● Fruta Ogia
16 Kcal 777 P. 26 Lip. 32 H.C. 93 – Hegazti zopa fideoekin – Patata eta txorizo tortila letxugarekin – Zaporedun jogurta Ogia	17 Kcal 816 P. 28 Lip. 11 H.C. 140 – Dilistak barazkiekin – Arroza baratzeko barazkiekin ● Fruta Ogia	18 Kcal 755 P. 43 Lip. 30 H.C. 82 ● Kalabaza eta azenario krema – Oilasko iztar errea liz entsaladarekin ● Fruta Ogia	19 Kcal 836 P. 29 Lip. 30 H.C. 110 ● Patatak saltsa berdean – Frankfurt saltxitxak tomate eta patatekin – Arrautzesnea Ogia	20 Kcal 795 P. 30 Lip. 25 H.C. 113 – Kodito salteatuak barregorri eta hirugiharrekin – Legatza menier saltsan ● Fruta Ogia
23 Kcal 940 P. 35 Lip. 32 H.C. 128 – Arroza marinela erara – Oilasko hegotoxoak letxugarekin ● Fruta Ogia	24 Kcal 698 P. 21 Lip. 24 H.C. 95 ● Kalabazin krema – Patata tortila liz entsaladarekin – Azukredun jogurt naturala Ogia	25 Kcal 888 P. 30 Lip. 31 H.C. 120 – Makarroiak tomatearekin – Behiki eta txerri hanburgesa laban eginda jardinera saltsan ● Fruta Ogia	26 Kcal 896 P. 49 Lip. 27 H.C. 105 – Garbantzauk – Legatza saltsa amerikarrean – Zaporedun jogurta Ogia	27 Kcal 971 P. 39 Lip. 45 H.C. 100 – Barazki menestra – Txerri eskaloepa txip patatekin ● Fruta Ogia
30 Kcal 785 P. 26 Lip. 23 H.C. 107 – Dilistak – Kroketa liz entsaladarekin ● Fruta Ogia	31 Kcal 863 P. 49 Lip. 36 H.C. 84 – Izar zopa oilasko eta arrautzarekin – Oilasko iztar errea leka, azenario eta patatekin – Zaporedun jogurta Ogia			

● Puntu hau gure KODE Programako hornitzaileen bidez kudeatutako plateren eta egunen adierazgarri da.

