

Arrunta

ASTELEHENA
ASTEARTEA
ASTEAZKENA
OSTEGUNA
OSTIRALA

02	Kcal 963 Lip. 24	P. 43 H.C. 143	03	Kcal 811 Lip. 31	P. 38 H.C. 93	04	Kcal 692 Lip. 31	P. 24 H.C. 80	05	Kcal 840 Lip. 22	P. 48 H.C. 102	06	
-	Arroza tomatearekin		● Barazki purea	- Hegazti zopa fideoekin		- Behiki eta txerri hamburgeresa laban eginda jardinerara saltsan	- Garbantzuak		- Legatz xerra erromatar erara letxugarekin		- Zaporedun jogurta		
●	Oilasko bularkiak barrerengorri saltsan		- birrinizatua letxugarekin	● Fruta		● Fruta	Ogia						
●	Ogia		Ogia										
09	Kcal 772 Lip. 30	P. 26 H.C. 96	10	Kcal 781 Lip. 28	P. 35 H.C. 95	11	Kcal 705 Lip. 23	P. 22 H.C. 98	12	Kcal 964 Lip. 48	P. 52 H.C. 118	13	Kcal 884 Lip. 23
● Kalabazin krema			● Patatak errioxar erara	- Ilar suezttuak		- Patata tortila letxugarekin	- Koditokak napolitar erara		- Oilasko eta txerri albondigak saltsa leunean		- Oilasko erregosia barazkiekin	- Indaba gorriak	- Atun enpanadillak liz entsaladarekin
●	Ogia		- Zaporedun jogurta	● Fruta		● Fruta	Ogia					● Fruta	Ogia
●	Ogia		Ogia										
16	Kcal 696 Lip. 26	P. 23 H.C. 92	17	Kcal 754 Lip. 26	P. 45 H.C. 82	18	Kcal 816 Lip. 11	P. 28 H.C. 140	19	Kcal 749 Lip. 28	P. 24 H.C. 100	20	Kcal 882 Lip. 28
● Porrusalda			- Euri zopa	- Dilistak barazkiekin		- Arroza baratzeko barazkiekin	● Kalabaza eta azenario krema		- Patata eta txorizo tortila liz entsaladarekin		- Patata eta txerri erromatar erara maionesarekin	- Garbantzuak	- Abadira xerra erromatar erara maionesarekin
●	Ogia		- Behiki eta txerri hamburgesa laban eginda jardinerara saltsan	● Fruta		● Fruta	Ogia		- Zaporedun jogurta			● Fruta	Ogia
●	Ogia		Ogia										
23	Kcal 800 Lip. 35	P. 44 H.C. 76	24	Kcal 857 Lip. 29	P. 25 H.C. 121	25	Kcal 625 Lip. 19	P. 16 H.C. 94	26	Kcal 819 Lip. 22	P. 48 H.C. 96	27	Kcal 905 Lip. 28
- Leka suezttuak			● Patatak saltsa berdean	● Barazki purea		- Patata tortila letxugarekin	- Indaba zurriak		- Legatza menier saltsan		- Oilasko eta txerri albondigak saltsa leunean	- Tallarin salteatuak ekialdeko erara	- Oilasko eta txerri albondigak saltsa leunean
●	Ogia		- Kroketak urdaiazpiko egosi eta liz entsaladarekin	● Fruta		● Fruta	Ogia					● Fruta	Ogia
●	Ogia		- Zaporedun jogurta	Ogia		Ogia							
30	Kcal 743 Lip. 17	P. 45 H.C. 84	31	Kcal 1030 Lip. 36	P. 29 H.C. 145								
- Dilistak			- Izar zopa oilasko eta arrautzarekin										
●	Ogia		- Abadira xerra marinela saltsan										
●	Ogia		- San jakoboa txip patatekin										
●	Ogia		- Zaporedun jogurta										

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

BAZKARIAN MARTUTAKO JAKIAK
AFALTZEKO GOMENDIOAK
