

Arrunta

ASTELEHENA

ASTEARTEA

ASTEAZKENA

OSTEGUNA

OSTIRALA

<p><b>02</b> Kcal 963 Lip. 24 P. 43 H.C. 143</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroza tomatearekin</li> <li>- Oilasko bularkiak barrengorri saltsan</li> <li>● Fruta</li> <li>Ogia</li> </ul>	<p><b>03</b> Kcal 811 Lip. 31 P. 38 H.C. 93</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Barazki purea</li> <li>- Txerri solomo ontzutu birrineztatua letxugarekin</li> <li>- Arrautzesnea</li> <li>Ogia</li> </ul>	<p><b>04</b> Kcal 692 Lip. 31 P. 24 H.C. 80</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hegazti zopa fideoekin</li> <li>- Behiki eta txerri hamburgesa laban eginda jardinera saltsan</li> <li>● Fruta</li> <li>Ogia</li> </ul>	<p><b>05</b> Kcal 840 Lip. 22 P. 48 H.C. 102</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Garbantzuak</li> <li>- Legatz xerra erromatar erara letxugarekin</li> <li>- Zaporedun jogurta</li> <li>Ogia</li> </ul>	<p><b>06</b></p>
<p><b>09</b> Kcal 772 Lip. 30 P. 26 H.C. 96</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Kalabazin krema</li> <li>- Oilasko eta txerri albondigak saltsa leunean</li> <li>● Fruta</li> <li>Ogia</li> </ul>	<p><b>10</b> Kcal 781 Lip. 28 P. 35 H.C. 95</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Patatak errioxar erara</li> <li>- Legatz medailoiak saltsa berdean</li> <li>- Zaporedun jogurta</li> <li>Ogia</li> </ul>	<p><b>11</b> Kcal 705 Lip. 23 P. 22 H.C. 98</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ilar suezituak</li> <li>- Patata tortila letxugarekin</li> <li>● Fruta</li> <li>Ogia</li> </ul>	<p><b>12</b> Kcal 964 Lip. 48 P. 52 H.C. 118</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Koditoak napolitar erara</li> <li>- Oilasko erregosia barazkiekin</li> <li>- Azukredun jogurt naturala</li> <li>Ogia</li> </ul>	<p><b>13</b> Kcal 884 Lip. 23 P. 27 H.C. 135</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Indaba gorriak</li> <li>- Atun enpanadillak liz entsaladarekin</li> <li>● Fruta</li> <li>Ogia</li> </ul>
<p><b>16</b> Kcal 696 Lip. 26 P. 23 H.C. 92</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Porrusaldia</li> <li>- Behiki eta txerri hamburgesa laban eginda jardinera saltsan</li> <li>● Fruta</li> <li>Ogia</li> </ul>	<p><b>17</b> Kcal 754 Lip. 26 P. 45 H.C. 82</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Euri zopa</li> <li>- Oilasko bularki arrautzatzatuak letxugarekin</li> <li>- Zaporedun jogurta</li> <li>Ogia</li> </ul>	<p><b>18</b> Kcal 816 Lip. 11 P. 28 H.C. 140</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Dilistak barazkiekin</li> <li>- Arroza baratzeke barazkiekin</li> <li>● Fruta</li> <li>Ogia</li> </ul>	<p><b>19</b> Kcal 749 Lip. 28 P. 24 H.C. 100</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Kalabaza eta azenario krema</li> <li>- Patata eta txorizo tortila liz entsaladarekin</li> <li>- Zaporedun jogurta</li> <li>Ogia</li> </ul>	<p><b>20</b> Kcal 882 Lip. 28 P. 45 H.C. 102</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Garbantzuak</li> <li>- Abadira xerra erromatar erara maionesarekin</li> <li>● Fruta</li> <li>Ogia</li> </ul>
<p><b>23</b> Kcal 800 Lip. 35 P. 44 H.C. 76</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Leka suezituak</li> <li>- Oilasko iztar errea barrengorri, azenario eta patatekin</li> <li>● Fruta</li> <li>Ogia</li> </ul>	<p><b>24</b> Kcal 857 Lip. 29 P. 25 H.C. 121</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Patatak saltsa berdean</li> <li>- Kroketa urdaiazpiko egosi eta liz entsaladarekin</li> <li>- Zaporedun jogurta</li> <li>Ogia</li> </ul>	<p><b>25</b> Kcal 625 Lip. 19 P. 16 H.C. 94</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Barazki purea</li> <li>- Patata tortila letxugarekin</li> <li>● Fruta</li> <li>Ogia</li> </ul>	<p><b>26</b> Kcal 819 Lip. 22 P. 48 H.C. 96</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Indaba zuriak</li> <li>- Legatza menier saltsan</li> <li>- Azukredun jogurt naturala</li> <li>Ogia</li> </ul>	<p><b>27</b> Kcal 905 Lip. 28 P. 32 H.C. 129</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tallarin salteatuak ekialdeko erara</li> <li>- Oilasko eta txerri albondigak saltsa leunean</li> <li>● Fruta</li> <li>Ogia</li> </ul>
<p><b>30</b> Kcal 743 Lip. 17 P. 45 H.C. 84</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Dilistak</li> <li>- Abadira xerra marinela saltsan</li> <li>● Fruta</li> <li>Ogia</li> </ul>	<p><b>31</b> Kcal 1030 Lip. 36 P. 29 H.C. 145</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Izar zopa oilasko eta arrautzarekin</li> <li>- San jakoboa txip patatekin</li> <li>- Zaporedun jogurta</li> <li>Ogia</li> </ul>			

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

BAZARRIAN BARTUTAKO JAKIAK	AFALTZEROKO OINERDIK
Arroza, oreka, patata edo lekaleak	Barazki edo ortuazti gordin edo prestatuak
Barazkiak	Arroza, oreka edo patata
Haragiak	Arraina edo arrautza
Arrainak	Haragia edo haragia
Arrautza	Arraina edo haragia
Fruta	Esneki edo fruta
Esnekiak	Fruta

www.gastronomiabaska.com

