

Arrunta

ASTELEHENA

ASTEARTEA

ASTEAZKENA

OSTEGUNA

OSTIRALA

05 Kcal 777 P. 37
Lip. 34 H.C. 82

- Zerba sueztituak
- Txerri solomo fresko arrautzatzatua txip patatekin
- **Fruta**
- Ogia

06 Kcal 817 P. 37
Lip. 28 H.C. 96

- **Patatak errioxar erara**
- Abadira xerra saltsa berdean
- Zaporedun jogurta
- Ogia

07 Kcal 942 P. 29
Lip. 44 H.C. 104

- **Kalabazin krema**
- **Entsalada mistoa**
- Oilasko eta txerri albondigak saltsa leunean
- **Fruta**
- Ogia

08 Kcal 778 P. 34
Lip. 19 H.C. 107

- Indaba zuriak
- Patata tortila letxugarekin
- Azukredun jogurt naturala
- Ogia

09 Kcal 902 P. 35
Lip. 36 H.C. 109

- Makarroi salteatuak barrerorri eta hirugiharrekin
- Oilasko hegotoxak liz entsaladarekin
- **Fruta**
- Ogia

12 Kcal 737 P. 31
Lip. 24 H.C. 97

- **Porrusalda**
- Legatza saltsa amerikarrean
- **Fruta**
- Ogia

13 Kcal 908 P. 27
Lip. 32 H.C. 127

- Hizki zopa
- San jakoboa liz entsaladarekin
- Zaporedun jogurta
- Ogia

14 Kcal 770 P. 30
Lip. 11 H.C. 123

- Dilistak barazkiekin
- Kiribilak salteatuak soja eta barazkitxoekin
- **Fruta**
- Ogia

15 Kcal 748 P. 42
Lip. 30 H.C. 77

- **Barazki purea**
- Oilasko iztar errea letxugarekin
- **Fruta**
- Ogia

16 Kcal 982 P. 29
Lip. 23 H.C. 166

- Arroza tomatearekin
- Gastroki saltxitxa ogitartekoa
- Postre gozoa
- Ogia

19 Kcal 741 P. 39
Lip. 28 H.C. 82

- Leka sueztituak
- Oilasko bularkiak barrerorri saltsan
- **Fruta**
- Ogia

20 Kcal 889 P. 32
Lip. 40 H.C. 98

- Hegazti zopa fideoekin
- Behiki eta txerri albondigak jardineraren saltsan
- Azukredun jogurt naturala
- Ogia

21 Kcal 657 P. 17
Lip. 22 H.C. 94

- **Kalabazin krema**
- Patata tortila letxugarekin
- **Fruta**
- Ogia

22 Kcal 1074 P. 28
Lip. 41 H.C. 148

- Paella
- Atun enpanadillak liz entsaladarekin
- Zaporedun jogurta
- Ogia

23 Kcal 873 P. 43
Lip. 28 H.C. 102

- Garbantzuak
- Abadira xerra erromatar erara maionesarekin
- **Fruta**
- Ogia

26 Kcal 721 P. 48
Lip. 21 H.C. 85

- Dilistak
- Legatz medailoiak marinela saltsan
- **Fruta**
- Ogia

27 Kcal 829 P. 25
Lip. 26 H.C. 120

- **Patatak saltsa berdean**
- Kroketa urdaiazpiko egosi eta liz entsaladarekin
- Zaporedun jogurta
- Ogia

28 Kcal 701 P. 22
Lip. 31 H.C. 87

- **Kalabaza eta azenario krema**
- Behiki eta txerri hanburgesa laban eginda jardineraren saltsan
- **Fruta**
- Ogia

29 Kcal 939 P. 38
Lip. 36 H.C. 113

- Tallarin salteatuak ekialdeko erara
- Oilasko hegotoxak patatekin
- Azukredun jogurt naturala
- Ogia

30 Kcal 738 P. 30
Lip. 17 H.C. 107

- Indaba zuriak
- Patata tortila letxugarekin
- **Fruta**
- Ogia

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

BAZKARIAN HARTUTAKO JAKIAK	AFALTZEKO GOMENDIOAK
Arroza, orekia, patata edo leikaleak	Barazki edo ortuari gordin edo prestatuak
Barazkiak	Arroza, orekia edo patatak
Haragiak	Arraina edo arrautza
Arrainak	Haragia edo arrautza
Arrautza	Arraina edo haragia
Fruta	Esnekia edo fruta
Esnekia	Fruta

