

Zeliako Erregimena

ASTELEHENA

ASTEARTEA

ASTEAZKENA

OSTEGUNA

OSTIRALA

**04** Kcal 723 P. 26  
Lip. 33 H.C. 78

- **Porrusalda**
- %100 txahal hamburgesa saltsan
- **Fruta**
- Ogia

**05** Kcal 630 P. 27  
Lip. 31 H.C. 56

- Ziazerba sueztituak
- Legatz xerra laban eginda saltsa leunean
- Zaporedun jogurta Ogia

**06** Kcal 605 P. 11  
Lip. 38 H.C. 54

- Jardinera zopa
- Gazta tortila letxugarekin
- **Fruta**
- Ogia

**07** Kcal 761 P. 37  
Lip. 27 H.C. 85

- Garbantzuak
- **Bakailaoa laban eginda saltsa leunean**
- Azukredun jogurt naturala Ogia

**08** Kcal 697 P. 31  
Lip. 31 H.C. 71

- **Kalabazin krema**
- Txerri solomo freskoa plantxan saltsan liz entsaladarekin
- **Fruta**
- Ogia

**11** Kcal 787 P. 39  
Lip. 42 H.C. 63

- Leka sueztituak
- Oilasko iztar errea barregorri, azenario eta patatekin
- **Fruta**
- Ogia

**12** Kcal 717 P. 16  
Lip. 36 H.C. 75

- Minestrone zopa
- Patata tortila liz entsaladarekin
- Azukredun jogurt naturala Ogia

**13** Kcal 681 P. 35  
Lip. 25 H.C. 80

- Indaba gorriak
- Legatz medailoiak laban eginda saltsa berdean
- **Fruta**
- Ogia

**14** Kcal 1037 P. 53  
Lip. 43 H.C. 112

- Paella
- Txahal okela erregosia barazkiekin saltsan
- Zaporedun jogurta Ogia

**15** Kcal 666 P. 32  
Lip. 26 H.C. 74

- **Barazki purea**
- Indioilar bularkiak plantxan saltsan letxugarekin
- **Fruta**
- Ogia

**18** Kcal 724 P. 23  
Lip. 39 H.C. 67

- **Barazki purea**
- Oilasko hegotoxoak patatekin
- **Fruta**
- Ogia

**19** Kcal 815 P. 21  
Lip. 40 H.C. 87

- **Zerba eta ziazerba purea**
- Patata eta txorizo tortila letxugarekin
- Zaporedun jogurta Ogia

**20** Kcal 612 P. 21  
Lip. 24 H.C. 77

- **Patatak saltsa berdean**
- **Bakailaoa laban eginda liz entsaladarekin**
- **Fruta**
- Ogia

**21** Kcal 1047 P. 48  
Lip. 40 H.C. 119

- Makarroi zuriak tomatearekin
- Txahal okela gisatua barazkiekin
- Azukredun jogurt naturala Ogia

**22** Kcal 711 P. 36  
Lip. 22 H.C. 79

- Indaba zuriak
- Abadira xerra laban eginda azenarioarekin
- **Fruta**
- Ogia

**25** Kcal 701 P. 12  
Lip. 29 H.C. 99

- **Kalabaza eta azenario krema**
- Patata tortila liz entsaladarekin
- **Fruta**
- Ogia

**26** Kcal 739 P. 42  
Lip. 40 H.C. 51

- Jardinera zopa
- Txahal zankarra piperrekin
- Azukredun jogurt naturala Ogia

**27** Kcal 870 P. 25  
Lip. 20 H.C. 140

- Garbantzuak
- Arroz baratzeko barazkiekin
- **Fruta**
- Ogia

**28** Kcal 758 P. 31  
Lip. 35 H.C. 77

- **Patatak errioxar erara**
- Legatz xerra laban eginda saltsa leunean
- Zaporedun jogurta Ogia

**29** Kcal 799 P. 37  
Lip. 40 H.C. 69

- Barazki menestra
- Oilasko bularkiak plantxan saltsan letxugarekin
- **Fruta**
- Ogia

Oharra: Zeliakoentzako ADPAN ogia; Danone esnekiak; Orlando edo IAN tomate frijitua; Gallo arroz/artozko orekia; Arroz/artozko irina; Salda eta ongarririk gabe.

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

**BAZKARIAN HARTUTAKO JAKIAK**

- Arroza, orekia, patata edo leikaleak
- Barazkiak
- Haragiak
- Arrainak
- Arrautza
- Fruta
- Esnekiak

**AFALTZEKO GOMERENDIAK**

- Barazki edo ortuari gordin edo prestatuak
- Arroza, orekia edo patatak
- Arraina edo arrautza
- Haragia edo arrautza
- Arraina edo haragia
- Esnekiak edo fruta
- Fruta

www.gastronomiabaska.com