

Arrautzarik Gabeko Erregimena

ASTELEHENA
ASTEARTEA
ASTEAZKENA
OSTEGUNA
OSTIRALA

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

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

05 Kcal 691 P. 38
Lip. 25 H.C. 63

- Dilistak
- Legatz xerra laban eginda saltsa leunean
- Zaporedun jogurta Ogia

06 Kcal 764 P. 36
Lip. 46 H.C. 50

- Jardinera zopa
- Oilasko iztar errea 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 762 P. 31
Lip. 43 H.C. 57

- Minestrone zopa
- Burualdeko txerri xerra plantxan saltsan 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 799 P. 36
Lip. 38 H.C. 67

- Dilistak
- Oilasko hegotoxoak patatekin
- **Fruta**
- Ogia

19 Kcal 817 P. 31
Lip. 43 H.C. 71

- **Zerba eta ziazerba purea**
- Txerri gihar xerra plantxan saltsan letxugarekin
- Zaporedun jogurta Ogia

20 Kcal 615 P. 21
Lip. 24 H.C. 78

- **Porrusalda**
- **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 609 P. 21
Lip. 24 H.C. 80

- **Kalabaza eta azenario krema**
- **Bakailaoa laban eginda 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 frijituak; Gallo arroz/artozko orekia; Salda eta ongarririk gabe.

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