

Beste Kolektiboak

ASTELEHENA
ASTEARTEA
ASTEAZKENA
OSTEGUNA
OSTIRALA

05 Kcal 633 Lip. 25 P. 26 H.C. 77 - Zerba suezituak - Arrautzak bexamelarekin ● Fruta Ogia	06 Kcal 751 Lip. 23 P. 33 H.C. 95 ● Porrusalda - Abadira xerra saltsa berdean - Zaporedun jogurta Ogia	07 Kcal 847 Lip. 38 P. 44 H.C. 81 ● Kalabazin krema - Oilasko iztar errea barazkiekin ● Fruta Ogia	08 Kcal 778 Lip. 19 P. 34 H.C. 107 - Indaba zuriak - Patata tortila letxugarekin - Azukredun jogurt naturala Ogia	09 Kcal 880 Lip. 34 P. 34 H.C. 109 - Makarroi salteatuak - Oilasko hegotoxak liz entsaladarekin ● Fruta Ogia
12 Kcal 737 Lip. 24 P. 31 H.C. 97 ● Porrusalda - Legatza saltsa amerikarrean ● Fruta Ogia	13 Kcal 732 Lip. 28 P. 42 H.C. 78 - Hizki zopa hegaztiarekin - Indioilar bularkiak plantxan saltsan liz entsaladarekin - Zaporedun jogurta Ogia	14 Kcal 626 Lip. 16 P. 36 H.C. 73 - Dilistak barazkiekin ● Bakailaoa plantxan olio errearekin ● Fruta Ogia	15 Kcal 748 Lip. 30 P. 42 H.C. 77 ● Barazki purea - Oilasko iztar errea letxugarekin ● Fruta Ogia	16 Kcal 844 Lip. 20 P. 33 H.C. 130 - Arroza tomatearekin - Abadira xerra laban eginda - Postre gozoa Ogia
19 Kcal 715 Lip. 25 P. 38 H.C. 81 - Leka suezituak - Oilasko bularkiak barrengorri saltsan ● Fruta Ogia	20 Kcal 849 Lip. 35 P. 51 H.C. 80 - Fideo zopa hegaztiarekin - Txahal okela gisatua barazkiekin - Azukredun jogurt naturala Ogia	21 Kcal 657 Lip. 22 P. 17 H.C. 94 ● Kalabazin krema - Patata tortila letxugarekin ● Fruta Ogia	22 Kcal 1033 Lip. 37 P. 24 H.C. 146 - Arroz zuria barazkiekin - Atun enpanadillak liz entsaladarekin - Zaporedun jogurta Ogia	23 Kcal 873 Lip. 28 P. 43 H.C. 102 - Garbantzuak - Abadira xerra erromatar erara maionesarekin ● Fruta Ogia
26 Kcal 721 Lip. 21 P. 48 H.C. 85 - Dilistak - Legatz medailoiak marinela saltsan ● Fruta Ogia	27 Kcal 816 Lip. 47 P. 49 H.C. 92 ● Patatak saltsa berdean - Oilasko erregosia barazkiekin - Zaporedun jogurta Ogia	28 Kcal 763 Lip. 27 P. 14 H.C. 117 ● Kalabaza eta azenario krema - Barazki ziriak piper gorriekin ● Fruta Ogia	29 Kcal 939 Lip. 36 P. 38 H.C. 113 - Tallarin salteatuak ekialdeko erara - Oilasko hegotoxak patatekin - Azukredun jogurt naturala Ogia	30 Kcal 738 Lip. 17 P. 30 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 GOMERIDIAK
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

www.gastronomiabaska.com