

ASTELEHENA

ASTEARTEA

ASTEAZKENA

OSTEGUNA

OSTIRALA

04

05

06

07

08

11

12

13

14

15

18

19

20

21

22

25

26

27

28

29

01 Kcal 748 P. 36
Lip. 19 H.C. 107

- Leka suezituak
- Oilasko bularkiak saltsa horixkan
- **Fruta**
- Ogia

Kcal 1184 P. 32
Lip. 43 H.C. 143

- **Errusiar entsalada**
- **Kalabaza eta azenario krema**
- Behiki albondigak jardinera saltsan
- **Fruta**
- Ogia

Kcal 1040 P. 30
Lip. 44 H.C. 130

- Espagetiak tomatearekin
- Oilasko nuggetak ketchuparekin
- Jogurta
- Ogia

Kcal 705 P. 36
Lip. 15 H.C. 106

- Indaba gorriak barazkiekin
- Legatz xerra saltsa berdean
- Muxika urazukretan
- Ogia

Kcal 986 P. 27
Lip. 37 H.C. 136

- Koditoak tomate eta txorizoarekin
- San jakoboa txip patatekin
- **Fruta**
- Ogia

Kcal 691 P. 37
Lip. 14 H.C. 104

- Leka suezituak
- Oilasko bularki birrineztatuak letxugarekin
- **Fruta**
- Ogia

Kcal 905 P. 34
Lip. 30 H.C. 125

- Indaba zuriak saiheskiarekin
- Kroketa urdaiazpiko egosi eta letxugarekin
- **Fruta**
- Ogia

Kcal 936 P. 31
Lip. 37 H.C. 122

- Hiru gutziako arroza
- Legatz xerra erromatar erara liz entsaladarekin
- Jogurta
- Ogia

Kcal 767 P. 47
Lip. 15 H.C. 111

- Dilistak barazkiekin
- Txerri solomo ontzutua piper gorriekin
- **Fruta**
- Ogia

Kcal 729 P. 32
Lip. 14 H.C. 115

- Garbantzuak barazkiekin
- Patata tortila piper gorriekin
- Jogurta
- Ogia

Kcal 1013 P. 27
Lip. 49 H.C. 121

- Arroza tomatearekin
- Legatz xerra erromatar erara maionesarekin
- **Fruta**
- Ogia

Kcal 763 P. 33
Lip. 28 H.C. 96

- Barazki menestra
- Saltxitxa freskoak patata purearekin
- **Fruta**
- Ogia

Kcal 788 P. 23
Lip. 19 H.C. 134

- **Barazki purea**
- San jakoboa letxugarekin
- **Fruta**
- Ogia

Kcal 866 P. 43
Lip. 30 H.C. 104

- Dilistak txorizoarekin
- Legatz xerra erromatar erara maionesarekin
- Jogurta
- Ogia

Kcal 647 P. 35
Lip. 20 H.C. 83

- Hegazti zopa fideoekin
- Behiki hanburgesa laban eginda jardinera saltsan
- **Fruta**
- Ogia

Kcal 745 P. 24
Lip. 21 H.C. 111

- **Patatak saltsa berdean**
- Patata tortila letxugarekin
- Jogurta
- Ogia

Kcal 919 P. 43
Lip. 30 H.C. 125

- Paella
- Oilasko bularkiak barrigorri saltsan
- **Fruta**
- Ogia

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

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

