

Arrunta (haurtzaindegiak)

ASTELEHENA

ASTEARTEA

ASTEAZKENA

OSTEGUNA

OSTIRALA

			<b>01</b> Kcal 1042 Lip. 57 P. 34 H.C. 92 - Arroza tomatearekin - Legatz medailoak saltsa berdean ● Fruta Ogia	<b>02</b> Kcal 724 Lip. 20 P. 37 H.C. 99 - Leka sueztituak - Oilasko bularkiak saltsa horixkan ● Fruta Ogia	<b>03</b> Kcal 796 Lip. 28 P. 35 H.C. 101 ● Patatak saltsa berdean - Behiki hamburgesa laban eginda patatekin - Arrautzesnea Ogia
06	07	08	<b>09</b> Kcal 784 Lip. 33 P. 25 H.C. 97 ● Kalabaza eta azenariora crema - Oilasko eta txerri albondigak curry saltsan ● Fruta Ogia	<b>10</b> Kcal 774 Lip. 26 P. 29 H.C. 99 - Indaba zuriak barazkiekin - Patata tortila letxugarekin - Jogurta Ogia	
<b>13</b> Kcal 784 Lip. 30 P. 32 H.C. 96 - Kodito salteatuak barregorri eta hirugiharrearekin - Zapataria tomatearekin ● Fruta Ogia	<b>14</b> Kcal 892 Lip. 31 P. 54 H.C. 84 - Paella - Oilasko bularkiak saltsa horixkan - Jogurta Ogia	<b>15</b> Kcal 898 Lip. 42 P. 29 H.C. 100 ● Patatak errioxar erara - Legatz xerra erromatar erara maionesarekin ● Fruta Ogia	<b>16</b> Kcal 709 Lip. 21 P. 25 H.C. 99 - Indaba gorriak barazkiekin - Patata tortila letxugarekin ● Fruta Ogia	<b>17</b> Kcal 784 Lip. 23 P. 35 H.C. 111 ● Barazki purea - Txerri eskalopea letxugarekin - Gelatina Ogia	
<b>20</b> Kcal 1152 Lip. 51 P. 38 H.C. 121 - Arroza tomatearekin - Gastrokoi hamburgesa - Postre gozoa Ogia	<b>21</b>	<b>22</b> Kcal 762 Lip. 15 P. 30 H.C. 128 - Dilistak barazkiekin - San jakoboa letxugarekin ● Fruta Ogia	<b>23</b> Kcal 749 Lip. 32 P. 24 H.C. 91 - Lekak patatekin - Oilasko eta txerri albondigak saltsa leunean patata laukiekin - Arrautzesnea Ogia	<b>24</b>	
<b>27</b> Kcal 733 Lip. 19 P. 31 H.C. 108 ● Patatak saltsa berdean - Solomo enpanatua piperrekin ● Fruta Ogia	<b>28</b> Kcal 667 Lip. 19 P. 37 H.C. 86 ● Kalabaza eta azenariora crema - Oilasko bularkiak saltsa horixkan - Jogurta Ogia	<b>29</b> Kcal 677 Lip. 17 P. 37 H.C. 90 - Indaba zuriak barazkiekin - Behiki hamburgesa laban eginda jardineria saltsan ● Fruta Ogia	<b>30</b> Kcal 746 Lip. 27 P. 39 H.C. 74 - Hiru gutziako arroza - Zapataria tomatearekin ● Fruta Ogia	<b>31</b>	

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

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

www.gastromiabiaska.com

