

ASTELEHENA

01 Kcal 600 P. 41
Lip. 10 H.C. 74

- Dilistak
- Papardoa laban eginda tomatearekin
- Fruta
- Ogia

08 Kcal 764 P. 34
Lip. 29 H.C. 91

- Patatak marinela erara
- %100 txahal hanburgesa jardinera saltsan
- Fruta
- Ogia

15 Kcal 910 P. 36
Lip. 21 H.C. 140

- Arrozeta tomatearekin
- Abadira xerra erromatar erara liz entsaladarekin
- Fruta
- Ogia

22 Kcal 907 P. 45
Lip. 22 H.C. 128

- Espagetiak napolitar erara
- Oilasko bularkiak saltsa horixkan
- Fruta
- Ogia

29 Kcal 909 P. 34
Lip. 26 H.C. 136

- Arrozeta saltxitxa eta txorizoarekin
- Bakailao piperradarekin
- Fruta
- Ogia

ASTEARTEA

02 Kcal 962 P. 47
Lip. 24 H.C. 136

- Hiru gutziako arroza
- Oilasko bularkia arrautzatzatuak liz entsaladarekin
- Zaporedun jogurta
- Ogia

09 Kcal 857 P. 26
Lip. 35 H.C. 104

- Barazki menestra
- Patata tortila letxugarekin
- Arrautzesnea
- Ogia

16 Kcal 892 P. 29
Lip. 35 H.C. 112

- Ilar krema
- Oilasko nuggetak letxugarekin
- Zaporedun jogurta
- Ogia

23 Kcal 751 P. 36
Lip. 31 H.C. 80

- Zerba eta ziazerba purea
- Txerri eskaloa liz entsaladarekin
- Azukredun jogurt naturala
- Ogia

30 Kcal 747 P. 24
Lip. 28 H.C. 100

- Kalabaza eta azenario krema
- Patata eta txorizo tortila letxugarekin
- Zaporedun jogurta
- Ogia

ASTEAZKENA

03 Kcal 813 P. 22
Lip. 27 H.C. 118

- Ziazerba sueztituak
- San jakoboa letxugarekin
- Fruta
- Ogia

10 Kcal 807 P. 52
Lip. 17 H.C. 112

- Barazki oreki salteatua
- Oilasko iztar erreka liz entsaladarekin
- Fruta
- Ogia

17 Kcal 769 P. 44
Lip. 30 H.C. 81

- Hegazti zopa fideoekin
- Txahal gisatua barazki eta ziza-saltsan
- Fruta
- Ogia

24 Kcal 786 P. 36
Lip. 26 H.C. 95

- Patatak errioxar erara
- Abadira xerra saltsa berdean
- Fruta
- Ogia

31 Kcal 943 P. 32
Lip. 31 H.C. 133

- Tallarin salteatuak ekialdeko erara
- Behiki eta txerri albondigak jardinera saltsan
- Fruta
- Ogia

OSTEGUNA

04 Kcal 736 P. 30
Lip. 27 H.C. 91

- Izar zopa oilasko eta arrautzarekin
- Behiki eta txerri hanburgesa laban eginda jardinera saltsan
- Azukredun jogurt naturala
- Ogia

11 Kcal 804 P. 44
Lip. 22 H.C. 102

- Garbantzuak
- Bakailaoa erromatar erara limoiarekin
- Zaporedun jogurta
- Ogia

18 Kcal 847 P. 46
Lip. 31 H.C. 82

- Dilistak
- Legatz xerra marinela saltsan
- Greziar jogurta
- Ogia

25 Kcal 779 P. 27
Lip. 34 H.C. 87

- Leka sueztituak
- Frankfurt saltxitxak tomate eta patatekin
- Zaporedun jogurta
- Ogia

OSTIRALA

05 Kcal 820 P. 43
Lip. 27 H.C. 96

- Indaba zuriak
- Legatz xerra proventzar erara maionesarekin
- Fruta
- Ogia

12 Kcal 1031 P. 54
Lip. 45 H.C. 100

- Barazki purea
- Txerri solomo ontzutu birrineztatua txip patatekin
- Fruta
- Ogia

19

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

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