

Obolaktobegetariano Erregimena

ASTELEHENA

01	Kcal 643 Lip. 10	P. 26 H.C. 113
- Dilistak barazkiekin ● Barazki purea ● Fruta - Ogia		

ASTEARTEA

02	Kcal 953 Lip. 26	P. 22 H.C. 156
- Arroz zuria barazkiekin - Bilarro arrautzak - Zaporedun jogurta - Ogia		

ASTEAZKENA

03	Kcal 742 Lip. 31	P. 15 H.C. 98
- Ziazerba suezituak - Barazki ziriak piper gorriekin ● Fruta - Ogia		

OSTEGUNA

04	Kcal 657 Lip. 25	P. 20 H.C. 86
- Borraja - Patata tortila - Azukredun jogurt naturala - Ogia		

OSTIRALA

05	Kcal 647 Lip. 11	P. 26 H.C. 104
- Indaba zuriak barazkiekin ● Kalabazin krema ● Fruta - Ogia		

08	Kcal 761 Lip. 28	P. 14 H.C. 110
● Porrusalda - Barazki hanburgesa piper gorriekin ● Fruta - Ogia		

09	Kcal 814 Lip. 33	P. 25 H.C. 101
- Barazki menestra - Patata tortila - Arrautzesnea - Ogia		

10	Kcal 689 Lip. 17	P. 18 H.C. 117
- Barazki oreki salteatua - Zerba suezituak ● Fruta - Ogia		

11	Kcal 744 Lip. 20	P. 30 H.C. 105
- Garbantzua barazkiekin - Borraja - Zaporedun jogurta - Ogia		

12	Kcal 704 Lip. 23	P. 15 H.C. 106
● Barazki purea - Bilarro arrautzak ● Fruta - Ogia		

15	Kcal 1016 Lip. 31	P. 19 H.C. 163
- Arroz zuria tomatearekin - Barazki ziriak piper berdeekin ● Fruta - Ogia		

16	Kcal 835 Lip. 16	P. 24 H.C. 146
- Makarroi salteatuak - Ilar krema - Zaporedun jogurta - Ogia		

17	Kcal 627 Lip. 22	P. 16 H.C. 89
- Leka suezituak - Patata tortila ● Fruta - Ogia		

18	Kcal 791 Lip. 26	P. 32 H.C. 105
- Dilistak barazkiekin - Ziazerba suezituak - Greziar jogurta - Ogia		

19		
----	--	--

22	Kcal 903 Lip. 27	P. 25 H.C. 135
- Barazki menestra - Espageti zuriak tomatearekin ● Fruta - Ogia		

23	Kcal 745 Lip. 31	P. 18 H.C. 95
● Zerba eta ziazerba purea - Barazki hanburgesa piper gorriekin - Azukredun jogurt naturala - Ogia		

24	Kcal 686 Lip. 20	P. 27 H.C. 95
● Porrusalda - Arrautzak tomatearekin ● Fruta - Ogia		

25	Kcal 790 Lip. 18	P. 19 H.C. 137
- Leka suezituak - Arroz zuria barazkiekin - Zaporedun jogurta - Ogia		

26	Kcal 733 Lip. 17	P. 29 H.C. 107
- Indaba gorriak barazkiekin - Patata tortila ● Fruta - Ogia		

29	Kcal 750 Lip. 16	P. 15 H.C. 136
- Leka suezituak - Arroz zuria barazkiekin ● Fruta - Ogia		

30	Kcal 669 Lip. 21	P. 20 H.C. 100
● Kalabaza eta azenario krema - Patata tortila - Zaporedun jogurta - Ogia		

31	Kcal 899 Lip. 28	P. 20 H.C. 141
- Tallarin salteatuak - Barazki ziriak piper gorriekin ● Fruta - Ogia		

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