

Arrunta

ASTELEHENA
ASTEARTEA
ASTEAZKENA
OSTEGUNA
OSTIRALA

05 Kcal 715 P. 31 Lip. 27 H.C. 88 <ul style="list-style-type: none"> ● Kalabaza eta azenario krema – Legatz xerra erromatar erara maionesarekin ● Fruta Ogia 	06	07 Kcal 774 P. 31 Lip. 11 H.C. 123 <ul style="list-style-type: none"> – Dilistak barazkiekin – Kiribilak salteatuak soja eta barazkitxoekin ● Fruta Ogia 	08	01 Kcal 775 P. 34 Lip. 19 H.C. 107 <ul style="list-style-type: none"> – Indaba zuriak – Patata tortila letxugarekin – Azukredun jogurt naturala Ogia 	02 Kcal 949 P. 48 Lip. 44 H.C. 132 <ul style="list-style-type: none"> – Hiru gutuziako arroza – Oilasko erregosia barazkiekin ● Fruta Ogia
12 Kcal 778 P. 26 Lip. 26 H.C. 108 <ul style="list-style-type: none"> ● Porrusalda – Oilasko eta txerri albondigak saltsa leunean ● Fruta Ogia 	13 Kcal 806 P. 36 Lip. 26 H.C. 92 <ul style="list-style-type: none"> – Dilistak – Patata eta txorizo tortila liz entsaladarekin – Zaporedun jogurta Ogia 	14 Kcal 730 P. 34 Lip. 27 H.C. 86 <ul style="list-style-type: none"> ● Barazki purea – Txerri solomo ontzutu birrineztatua letxugarekin ● Fruta Ogia 	15 Kcal 899 P. 43 Lip. 24 H.C. 119 <ul style="list-style-type: none"> – Makarroi salteatuak barrerorri eta hirugiharrearekin – Abadira xerra marinela saltsan – Azukredun jogurt naturala Ogia 	09 Kcal 735 P. 41 Lip. 25 H.C. 85 <ul style="list-style-type: none"> – Hizki zopa – Oilasko bularki arrautzatuak letxugarekin ● Fruta Ogia 	16 Kcal 836 P. 41 Lip. 31 H.C. 90 <ul style="list-style-type: none"> – Indaba gorriak – Oilasko hegotxoak letxugarekin ● Fruta Ogia
19 Kcal 801 P. 44 Lip. 33 H.C. 81 <ul style="list-style-type: none"> ● Kalabazin krema – Oilasko iztar errea barrerorri, azenario eta patatekin ● Fruta Ogia 	20 Kcal 863 P. 27 Lip. 27 H.C. 127 <ul style="list-style-type: none"> – Hegazti zopa fideoekin – San jakoboa letxugarekin – Zaporedun jogurta Ogia 	21 Kcal 658 P. 17 Lip. 24 H.C. 90 <ul style="list-style-type: none"> – Leka sueztituak – Patata tortila liz entsaladarekin ● Fruta Ogia 	22 Kcal 1011 P. 29 Lip. 24 H.C. 171 <ul style="list-style-type: none"> – Arroza tomatearekin – Gastroki hamburgesa – Postre gozoa Ogia 	23 Kcal 821 P. 45 Lip. 23 H.C. 103 <ul style="list-style-type: none"> – Garbantzuak – Legatza menier saltsan ● Fruta Ogia 	
26 Kcal 688 P. 29 Lip. 17 H.C. 92 <ul style="list-style-type: none"> – Dilistak – Patata tortila letxugarekin ● Fruta Ogia 	27 Kcal 769 P. 44 Lip. 25 H.C. 88 <ul style="list-style-type: none"> – Izar zopa oilasko eta arrautzarekin – Oilasko bularki saltsa horixkan – Azukredun jogurt naturala Ogia 	28 Kcal 682 P. 24 Lip. 33 H.C. 72 <ul style="list-style-type: none"> – Ziazerba sueztituak – Behiki eta txerri hamburgesa laban eginda jardineria saltsan ● Fruta Ogia 	29 Kcal 943 P. 42 Lip. 26 H.C. 126 <ul style="list-style-type: none"> – Espagetiak napolitar erara – Abadira xerra saltsa berdean – Zaporedun jogurta Ogia 	30 Kcal 766 P. 16 Lip. 24 H.C. 119 <ul style="list-style-type: none"> ● Patatak saltsa berdean – Kroketa letxugarekin ● Fruta Ogia 	

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

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

www.gastronomiabaska.com

