

Arrunta

**ASTELEHENA**
**ASTEARTEA**
**ASTEAZKENA**
**OSTEGUNA**
**OSTIRALA**

			<b>01</b>	Kcal 659 Lip. 22	P. 17 H.C. 94		<b>02</b>	Kcal 1000 Lip. 36	P. 38 H.C. 129		<b>03</b>	Kcal 812 Lip. 28	P. 36 H.C. 100	
				● Kalabazin krema									– Garbantuak	
				– Patata tortila liz entsaladarekin				– Hiru gutziako arrosa					– Behiki eta txerri hamburgesa	
				● Fruta				– Oilasko hegotoak letxugarekin					– Jaban eginda jardineraren saltsan	
				Ogia				– Zaporedun jogurta					● Fruta	
								Ogia					Ogia	
<b>06</b>	Kcal 688 Lip. 22	P. 36 H.C. 88	<b>07</b>	Kcal 830 Lip. 29	P. 39 H.C. 96	<b>08</b>	Kcal 757 Lip. 33	P. 25 H.C. 90	<b>09</b>	Kcal 918 Lip. 25	P. 31 H.C. 133	<b>10</b>	Kcal 890 Lip. 45	P. 49 H.C. 112
	● Kalabaza eta azenario krema			● Patatak errioxar erara			– Zerba suezituak			– Indaba zuriak			– Makarroi salteatuak barregorri	
	– Txerri solomo fresko			– Abadira xerra saltsa berdean			– Oilasko eta txerri albondigak			– Atun enpanadillak letxugarekin			– Patata eta piper tortila liz	
	arrautzaatua liz			– Zaporedun jogurta			– Zerbait leunean patatekin			– Azukredun jogurt naturala			entsaladarekin	
	● Fruta			Ogia			● Fruta			Ogia			● Fruta	
	Ogia						Ogia						Ogia	
<b>13</b>	Kcal 744 Lip. 23	P. 33 H.C. 98	<b>14</b>	Kcal 749 Lip. 33	P. 28 H.C. 84	<b>15</b>	Kcal 774 Lip. 11	P. 31 H.C. 123	<b>16</b>	Kcal 789 Lip. 32	P. 45 H.C. 77	<b>17</b>	Kcal 796 Lip. 21	P. 30 H.C. 113
	● Porrusalda			– Hizki zopa			– Dilistak barazkiekin			● Barazki purea			– Indaba gorriak	
	– Legatza saltsa amerikarrean			– Behiki eta txerri hamburgesa			– Kiribilak salteatuak soja eta			– Oilasko iztar errearen letxugarekin			– Patata eta piper tortila liz	
	● Fruta			– Jaban eginda jardineraren saltsan			barazkitxoekin			– Zaporedun jogurta			entsaladarekin	
	Ogia			– Zaporedun jogurta			● Fruta			Ogia			● Fruta	
	Ogia			Ogia			Ogia						Ogia	
<b>20</b>	Kcal 743 Lip. 28	P. 39 H.C. 82	<b>21</b>	Kcal 854 Lip. 36	P. 32 H.C. 98	<b>22</b>	Kcal 658 Lip. 22	P. 17 H.C. 94	<b>23</b>	Kcal 986 Lip. 33	P. 33 H.C. 141	<b>24</b>	Kcal 816 Lip. 20	P. 45 H.C. 103
	– Leka suezituak			– Hegazi zopa fideoekin			● Kalabazin krema			– Paella			– Garbantuak	
	– Oilasko bularkiak barregorri			– Behiki eta txerri albondigak			– Patata tortila letxugarekin			– Frankfurt saltxitxak tomate eta			– Abadira xerra erromatar erara	
	saltsan			– Jaban eginda jardineraren saltsan			● Fruta			patata laukiekin			liz entsaladarekin	
	● Fruta			– Azukredun jogurt naturala			Ogia			– Zaporedun jogurta			● Fruta	
	Ogia			Ogia						Ogia			Ogia	
<b>27</b>	Kcal 711 Lip. 18	P. 42 H.C. 84	<b>28</b>	Kcal 857 Lip. 29	P. 25 H.C. 121									
	– Dilistak			● Patatak saltsa berdean										
	– Legatz medailoiak marinat			– Kroketa urdaiatzeko egosi eta										
	saltsan			liz entsaladarekin										
	● Fruta			– Zaporedun jogurta										
	Ogia			Ogia										

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

BAZARRIAK HARTUTAKO JAKIAK	AFALTZEROK OSMENDUAK
Arrosa, orekia, patata edo lekaleak	Barazki edo ortuari gordin edo prestatuak
Barazkiak	Arrosa, orekia edo patatak
Haragiak	Arraina edo arrautza
Arrainak	Haragia edo arrautza
Arrautza	Arraina edo haragia
Fruta	Esneki edo fruta
Esnekiak	Fruta

[www.gastronomiabaska.com](http://www.gastronomiabaska.com)