

Esnekirik Gabeko Erregimena

ASTELEHENA
ASTEARTEA
ASTEAZKENA
OSTEGUNA
OSTIRALA

04 Kcal 723 P. 26
Lip. 33 H.C. 78

- **Porrusalda**
- %100 txahal hamburgesa saltsan
- **Fruta**
- Ogia

05 Kcal 666 P. 41
Lip. 26 H.C. 51

- Dilistak
- Legatz xerra laban eginda saltsa leunean
- Soja jogurta
- Ogia

06 Kcal 841 P. 41
Lip. 45 H.C. 67

- Euri zopa
- Oilasko iztar errea letxugarekin
- **Fruta**
- Ogia

07 Kcal 736 P. 39
Lip. 28 H.C. 73

- Garbantzuak
- **Bakailaoa laban eginda saltsa leunean**
- Soja jogurta
- Ogia

08 Kcal 728 P. 32
Lip. 32 H.C. 76

- **Kalabazin krema**
- Txerri solomo fresko arrautzatzatua liz entsaladarekin
- **Fruta**
- Ogia

11 Kcal 787 P. 39
Lip. 42 H.C. 63

- Leka sueztituak
- Oilasko iztar errea barregorri, azenario eta patatekin
- **Fruta**
- Ogia

12 Kcal 727 P. 20
Lip. 35 H.C. 76

- Izar zopa oilasko eta arrautzarekin
- Patata tortila liz entsaladarekin
- Soja jogurta
- Ogia

13 Kcal 752 P. 38
Lip. 28 H.C. 88

- Indaba gorriak
- Legatz medailoiak saltsa berdean
- **Fruta**
- Ogia

14 Kcal 1012 P. 56
Lip. 43 H.C. 100

- Paella
- Txahal okela erregosia barazkiekin saltsan
- Soja jogurta
- Ogia

15 Kcal 666 P. 32
Lip. 26 H.C. 74

- **Barazki purea**
- Indioilar bularkiak plantxan saltsan letxugarekin
- **Fruta**
- Ogia

18 Kcal 799 P. 36
Lip. 38 H.C. 67

- Dilistak
- Oilasko hegotoxoak patatekin
- **Fruta**
- Ogia

19 Kcal 790 P. 24
Lip. 41 H.C. 75

- **Zerba eta ziazerba purea**
- Patata eta txorizo tortila letxugarekin
- Soja jogurta
- Ogia

20 Kcal 612 P. 21
Lip. 24 H.C. 77

- **Patatak saltsa berdean**
- **Bakailaoa laban eginda liz entsaladarekin**
- **Fruta**
- Ogia

21 Kcal 1009 P. 55
Lip. 41 H.C. 100

- Espageti zuriak tomatearekin
- Txahal okela gisatua barazkiekin
- Soja jogurta
- Ogia

22 Kcal 711 P. 36
Lip. 22 H.C. 79

- Indaba zuriak
- Abadira xerra laban eginda azenarioarekin
- **Fruta**
- Ogia

25 Kcal 701 P. 12
Lip. 29 H.C. 99

- **Kalabaza eta azenario krema**
- Patata tortila liz entsaladarekin
- **Fruta**
- Ogia

26 Kcal 897 P. 40
Lip. 46 H.C. 77

- Hegazti zopa fideoekin
- Txerri solomo ontzutu arrautzatzatua txip patatekin
- Soja jogurta
- Ogia

27 Kcal 870 P. 25
Lip. 20 H.C. 140

- Garbantzuak
- Arroz baratzeko barazkiekin
- **Fruta**
- Ogia

28 Kcal 733 P. 33
Lip. 36 H.C. 65

- **Patatak errioxar erara**
- Legatz xerra laban eginda saltsa leunean
- Soja jogurta
- Ogia

29 Kcal 831 P. 38
Lip. 41 H.C. 74

- Barazki menestra
- Oilasko bularki arrautzatzatuak letxugarekin
- **Fruta**
- Ogia

Oharra: Zeliakoentzako ADPAN ogia; Sojazko jogurta; Orlando edo IAN tomate frijitua; Salda eta ongarririk gabe.

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