

Esnekirik Gabeko Erregimena

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

**05** Kcal 651 P. 29  
Lip. 32 H.C. 63

- Zerba suezituak
- Txerri solomo freskoa plantxan saltsan patatekin
- **Fruta**
- Ogia

**06** Kcal 737 P. 32  
Lip. 35 H.C. 64

- **Patatak errioxar erara**
- Abadira xerra laban eginda saltsa berdean
- Soja jogurta
- Ogia

**07** Kcal 801 P. 39  
Lip. 41 H.C. 68

- **Kalabazin krema**
- Oilasko iztar errea barazkiekin
- **Fruta**
- Ogia

**08** Kcal 754 P. 32  
Lip. 26 H.C. 85

- Indaba zuriak barazkiekin
- Patata tortila letxugarekin
- Soja jogurta
- Ogia

**09** Kcal 878 P. 30  
Lip. 41 H.C. 98

- Makarroi salteatuak
- Oilasko hegotoxak liz entsaladarekin
- **Fruta**
- Ogia

**12** Kcal 635 P. 24  
Lip. 25 H.C. 77

- **Porrusalda**
- Legatz xerra laban eginda saltsa leunean
- **Fruta**
- Ogia

**13** Kcal 708 P. 40  
Lip. 35 H.C. 55

- Hizki zopa hegaztiarekin
- Indioilar bularkiak plantxan saltsan liz entsaladarekin
- Soja jogurta
- Ogia

**14** Kcal 627 P. 32  
Lip. 22 H.C. 63

- Dilistak barazkiekin
- **Bakailaoa plantxan olio errearekin**
- **Fruta**
- Ogia

**15** Kcal 776 P. 37  
Lip. 41 H.C. 63

- **Barazki purea**
- Oilasko iztar errea letxugarekin
- **Fruta**
- Ogia

**16** Kcal 1076 P. 44  
Lip. 35 H.C. 139

- Arroz zuria tomatearekin
- Txerri solomo freskoa plantxan saltsan patata purearekin
- Soja jogurta
- Ogia

**19** Kcal 652 P. 31  
Lip. 30 H.C. 61

- Leka suezituak
- Oilasko bularkiak plantxan barrengorri-saltsan
- **Fruta**
- Ogia

**20** Kcal 825 P. 49  
Lip. 43 H.C. 58

- Fideo zopa hegaztiarekin
- Txahal okela gisatua barazkiekin
- Soja jogurta
- Ogia

**21** Kcal 611 P. 12  
Lip. 25 H.C. 81

- **Kalabazin krema**
- Patata tortila letxugarekin
- **Fruta**
- Ogia

**22** Kcal 882 P. 35  
Lip. 39 H.C. 95

- Arroz zuria barazkiekin
- Txerri gihar xerra plantxan saltsan liz entsaladarekin
- Soja jogurta
- Ogia

**23** Kcal 758 P. 36  
Lip. 25 H.C. 85

- Garbantzuak barazkiekin
- Abadira xerra plantxan olio errearekin
- **Fruta**
- Ogia

**26** Kcal 659 P. 40  
Lip. 26 H.C. 66

- Dilistak barazkiekin
- Legatz medailoiak laban eginda saltsa leunean
- **Fruta**
- Ogia

**27** Kcal 800 P. 51  
Lip. 54 H.C. 69

- **Patatak saltsa berdean**
- Oilasko erregosia barazkiekin
- Soja jogurta
- Ogia

**28** Kcal 654 P. 30  
Lip. 28 H.C. 73

- **Kalabaza eta azenario krema**
- Txerri solomo freskoa plantxan saltsan
- **Fruta**
- Ogia

**29** Kcal 918 P. 36  
Lip. 43 H.C. 92

- Tallarin salteatuak
- Oilasko hegotoxak patatekin
- Soja jogurta
- Ogia

**30** Kcal 739 P. 26  
Lip. 24 H.C. 96

- Indaba zuriak barazkiekin
- Patata tortila 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.**
