

Arrautzarik Gabeko Erregimena

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

<b>04</b> Kcal 609 Lip. 17 P. 25 H.C. 90 <ul style="list-style-type: none"> <li>● Kalabaza eta azenario krema</li> <li>● Bakailaoa laban eginda liz entsaladarekin</li> <li>● Fruta</li> <li>Ogia</li> </ul>	<b>05</b> Kcal 738 Lip. 33 P. 46 H.C. 62 <ul style="list-style-type: none"> <li>– Jardinera zopa</li> <li>– Txahal zankarra piperrekin</li> <li>– Azukredun jogurt naturala</li> <li>Ogia</li> </ul>	<b>06</b>	<b>07</b> Kcal 757 Lip. 29 P. 35 H.C. 88 <ul style="list-style-type: none"> <li>● Patatak errioxar erara</li> <li>– Legatz xerra laban eginda saltsa leunean</li> <li>– Zaporedun jogurta</li> <li>Ogia</li> </ul>	<b>08</b>
<b>11</b> Kcal 669 Lip. 16 P. 37 H.C. 81 <ul style="list-style-type: none"> <li>– Dilistak arroz integralarekin</li> <li>– Abadira xerra laban eginda saltsa leunean</li> <li>● Fruta</li> <li>Ogia</li> </ul>	<b>12</b> Kcal 768 Lip. 24 P. 50 H.C. 85 <ul style="list-style-type: none"> <li>● Kalabazin krema</li> <li>– Oilasko iztar errea barazkiekin</li> <li>– Zaporedun jogurta</li> <li>Ogia</li> </ul>	<b>13</b> Kcal 674 Lip. 27 P. 33 H.C. 75 <ul style="list-style-type: none"> <li>– Minestrone zopa</li> <li>– Txerri solomo freskoa plantxan saltsan letxugarekin</li> <li>● Fruta</li> <li>Ogia</li> </ul>	<b>14</b> Kcal 963 Lip. 30 P. 51 H.C. 121 <ul style="list-style-type: none"> <li>– Makarroi salteatuak</li> <li>– Txahal guisatua barazki saltsan</li> <li>– Azukredun jogurt naturala</li> <li>Ogia</li> </ul>	<b>15</b> Kcal 681 Lip. 16 P. 37 H.C. 90 <ul style="list-style-type: none"> <li>– Indaba gorriak</li> <li>● Bakailaoa laban eginda liz entsaladarekin</li> <li>● Fruta</li> <li>Ogia</li> </ul>
<b>18</b> Kcal 735 Lip. 30 P. 30 H.C. 85 <ul style="list-style-type: none"> <li>● Barazki purea</li> <li>– Burualdeko txerri xerra plantxan saltsan liz entsaladarekin</li> <li>● Fruta</li> <li>Ogia</li> </ul>	<b>19</b> Kcal 793 Lip. 31 P. 37 H.C. 90 <ul style="list-style-type: none"> <li>● Patatak marinela erara</li> <li>– %100 txahal hanburgesa saltsan</li> <li>– Azukredun jogurt naturala</li> <li>Ogia</li> </ul>	<b>20</b> Kcal 743 Lip. 39 P. 30 H.C. 66 <ul style="list-style-type: none"> <li>– Ziazerba sueztituak</li> <li>– Oilasko hegtoxoak letxugarekin</li> <li>● Fruta</li> <li>Ogia</li> </ul>	<b>21</b> Kcal 746 Lip. 20 P. 41 H.C. 95 <ul style="list-style-type: none"> <li>– Garbantzuak</li> <li>– Legatz xerra laban eginda saltsa leunean</li> <li>● Fruta</li> <li>Ogia</li> </ul>	<b>22</b> Kcal 1127 Lip. 27 P. 44 H.C. 174 <ul style="list-style-type: none"> <li>– Arroz tomatearekin</li> <li>– Txerri solomo freskoa plantxan saltsan patata purearekin</li> <li>– Arrautzesnea</li> <li>Ogia</li> </ul>
<b>25</b>	<b>26</b> Kcal 729 Lip. 23 P. 39 H.C. 91 <ul style="list-style-type: none"> <li>● Kalabaza eta azenario krema</li> <li>– Txerri solomo freskoa plantxan saltsan letxugarekin</li> <li>– Zaporedun jogurta</li> <li>Ogia</li> </ul>	<b>27</b> Kcal 676 Lip. 16 P. 38 H.C. 89 <ul style="list-style-type: none"> <li>– Indaba zuriak</li> <li>● Bakailaoa laban eginda</li> <li>● Fruta</li> <li>Ogia</li> </ul>	<b>28</b> Kcal 830 Lip. 35 P. 33 H.C. 92 <ul style="list-style-type: none"> <li>● Porrusalda</li> <li>– Oilasko hegtoxoak patatekin</li> <li>– Azukredun jogurt naturala</li> <li>Ogia</li> </ul>	<b>29</b> Kcal 679 Lip. 26 P. 35 H.C. 76 <ul style="list-style-type: none"> <li>– Minestrone zopa</li> <li>– Oilasko bularkiak plantxan saltsan liz entsaladarekin</li> <li>● Fruta</li> <li>Ogia</li> </ul>

Oharra: Zeliakoentzako ADPAN ogia; Danone esnekiak; Orlando edo IAN tomate frijitua; Gallo arroz/artozko orekia; Salda eta ongarririk gabe.

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

