

Arrunta

ASTELEHENA		ASTEARTEA		ASTEAZKENA		OSTEGUNA		OSTIRALA						
01		02	Kcal 773 Lip. 26	P. 20 H.C. 111	03	Kcal 738 Lip. 27	P. 21 H.C. 99	04	Kcal 858 Lip. 24	P. 46 H.C. 100	05	Kcal 896 Lip. 32	P. 26 H.C. 127	
			<ul style="list-style-type: none"> - Hegazti zopa fideoekin - Kroketak liz entsaladarekin - Azukredun jogurt naturala Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> - Iilar sueztituak - Patata tortila letxugarekin ● Fruta Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> - Indaba gorriak - Abadira xerra saltsa amerikarrean - Zaporedun jogurta Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> - Hiru gutziako arroza - Behiki eta txerri hanburgesa laban eginda jardinera saltsan ● Fruta Ogia 					
08	Kcal 905 Lip. 39	P. 30 H.C. 107	09	Kcal 745 Lip. 28	P. 21 H.C. 96	10	Kcal 811 Lip. 24	P. 44 H.C. 102	11	Kcal 949 Lip. 32	P. 45 H.C. 119	12	Kcal 792 Lip. 31	P. 38 H.C. 82
<ul style="list-style-type: none"> ● Patatak errioxar erara - Oilasko eta txerri albondigak saltsa leunean ● Fruta Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> ● Zerba eta ziazerba purea - Patata eta kalabazin tortila letxugarekin - Zaporedun jogurta Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> - Garbantzuak - Legatz xerra saltsa berdean ● Fruta Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> - Kodito salteatuak barregorri eta hirugiharrarekin - Txerri solomo ontzutu arrautzatzatua letxugarekin - Azukredun jogurt naturala Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> - Dilistak arrozarekin - Oilasko hegotoxoak liz entsaladarekin ● Fruta Ogia 						
15	Kcal 701 Lip. 22	P. 16 H.C. 109	16	Kcal 785 Lip. 32	P. 30 H.C. 93	17	Kcal 694 Lip. 27	P. 38 H.C. 74	18	Kcal 799 Lip. 19	P. 46 H.C. 96	19	Kcal 892 Lip. 25	P. 44 H.C. 123
<ul style="list-style-type: none"> ● Kalabaza eta azenario krema - Patata tortila liz entsaladarekin ● Fruta Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> - Hizki zopa - Frankfurt saltxitxak tomate eta patatekin - Azukredun jogurt naturala Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> - Zerba sueztituak - Oilasko bularkiak barregorri saltsan ● Fruta Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> - Indaba zuriak - Abadira xerra erromatar erara letxugarekin - Zaporedun jogurta Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> - Arroza ekialdeko erara - Txahal gisatua barazki eta ziza-saltsan ● Fruta Ogia 						
22	Kcal 724 Lip. 30	P. 23 H.C. 91	23	Kcal 763 Lip. 23	P. 45 H.C. 80	24	Kcal 871 Lip. 29	P. 24 H.C. 129	25	Kcal 866 Lip. 15	P. 33 H.C. 145	26	Kcal 727 Lip. 25	P. 37 H.C. 86
<ul style="list-style-type: none"> ● Porrusalda - Behiki eta txerri hanburgesa laban eginda jardinera saltsan ● Fruta Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> - Dilistak - Legatza menier saltsan - Zaporedun jogurta Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> - Euri zopa - San jakoboa letxugarekin ● Fruta Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> - Garbantzuak - Kiribilak salteatuak soja eta barazkitxoekin ● Fruta Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> ● Kalabazin krema - Txerri solomo fresko arrautzatzatua liz entsaladarekin ● Fruta Ogia 						
29	Kcal 654 Lip. 20	P. 46 H.C. 74	30	Kcal 738 Lip. 27	P. 22 H.C. 98	31	Kcal 764 Lip. 20	P. 44 H.C. 96						
<ul style="list-style-type: none"> - Leka sueztituak - Oilasko iztar errea barregorri, azenario eta patatekin ● Fruta Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> - Izar zopa oilasko eta arrautzarekin - Patata tortila liz entsaladarekin - Azukredun jogurt naturala Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> - Indaba gorriak - Legatz medailoiak saltsa berdean ● Fruta Ogia 										

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



Arrautzarik Gabeko Erregimena

ASTELEHENA		ASTEARTEA		ASTEAZKENA		OSTEGUNA		OSTIRALA						
01		02	Kcal 582 Lip. 25	P. 26 H.C. 63	03	Kcal 732 Lip. 25	P. 41 H.C. 81	04	Kcal 751 Lip. 18	P. 43 H.C. 90	05	Kcal 962 Lip. 28	P. 50 H.C. 129	
			– Jardinera zopa			– Ilar sueztituak			– Indaba gorriak			– Hiru gutziako arroza		
			● Bakailaoa laban eginda liz entsaladarekin			– Oilasko bularkiak plantxan saltsan letxugarekin			– Abadira xerra laban eginda saltsa leunean			– Txahal okela gisatua barazkiekin		
			– Azukredun jogurt naturala Ogia			● Fruta			– Zaporedun jogurta Ogia			● Fruta		
08	Kcal 692 Lip. 25	P. 29 H.C. 87	09	Kcal 816 Lip. 37	P. 35 H.C. 81	10	Kcal 740 Lip. 20	P. 41 H.C. 94	11	Kcal 936 Lip. 29	P. 50 H.C. 116	12	Kcal 792 Lip. 31	P. 38 H.C. 82
	● Patatak errioxar erara			● Zerba eta ziazerba purea			– Garbantzuak			– Makarroi salteatuak			– Dilistak arrozarekin	
	● Bakailaoa plantxan olio errearekin			– Burualdeko txerri xerra plantxan saltsan letxugarekin			– Legatz xerra laban eginda saltsa berdean			– Txahal zankarra piperrekin			– Oilasko hegotoxak liz entsaladarekin	
	● Fruta			– Zaporedun jogurta Ogia			● Fruta			– Azukredun jogurt naturala Ogia			● Fruta	
	Ogia						Ogia						Ogia	
15	Kcal 700 Lip. 19	P. 46 H.C. 89	16	Kcal 654 Lip. 26	P. 30 H.C. 74	17	Kcal 640 Lip. 26	P. 35 H.C. 66	18	Kcal 754 Lip. 18	P. 44 H.C. 90	19	Kcal 892 Lip. 25	P. 44 H.C. 123
	● Kalabaza eta azenario krema			– Minestrone zopa			– Zerba sueztituak			– Indaba zuriak			– Arroza ekialdeko erara	
	– Oilasko iztar errea liz entsaladarekin			– Legatz xerra laban eginda saltsa leunean			– Oilasko bularkiak plantxan barrengorri-saltsan			– Abadira xerra laban eginda letxugarekin			– Txahal gisatua barazki eta ziza-saltsan	
	● Fruta			– Azukredun jogurt naturala Ogia			● Fruta			– Zaporedun jogurta Ogia			● Fruta	
	Ogia						Ogia						Ogia	
22	Kcal 722 Lip. 27	P. 31 H.C. 89	23	Kcal 690 Lip. 19	P. 43 H.C. 74	24	Kcal 632 Lip. 24	P. 43 H.C. 62	25	Kcal 877 Lip. 15	P. 28 H.C. 152	26	Kcal 696 Lip. 24	P. 35 H.C. 82
	● Porrusalda			– Dilistak			– Jardinera zopa			– Garbantzuak			● Kalabazin krema	
	– %100 txahal hanburgesa saltsan			– Legatz xerra laban eginda saltsa leunean			– Oilasko iztar errea letxugarekin			– Makarroi salteatuak			– Txerri solomo freskoa plantxan saltsan liz entsaladarekin	
	● Fruta			– Zaporedun jogurta Ogia			● Fruta			● Fruta			● Fruta	
	Ogia						Ogia			Ogia			Ogia	
29	Kcal 704 Lip. 25	P. 46 H.C. 75	30	Kcal 770 Lip. 37	P. 33 H.C. 76	31	Kcal 692 Lip. 16	P. 41 H.C. 88						
	– Leka sueztituak			– Minestrone zopa			– Indaba gorriak							
	– Oilasko iztar errea barazkiekin			– Burualdeko txerri xerra plantxan saltsan liz entsaladarekin			– Legatz medailoiak laban eginda saltsa berdean							
	● Fruta			– Azukredun jogurt naturala Ogia			● Fruta							
	Ogia						Ogia							

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

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



Babarik Gabeko Erregimena

ASTELEHENA		ASTEARTEA		ASTEAZKENA		OSTEGUNA		OSTIRALA						
01		02	Kcal 773 Lip. 26	P. 20 H.C. 111	03	Kcal 738 Lip. 27	P. 21 H.C. 99	04	Kcal 858 Lip. 24	P. 46 H.C. 100	05	Kcal 896 Lip. 32	P. 26 H.C. 127	
			<ul style="list-style-type: none"> - Hegazti zopa fideoekin - Kroketak liz entsaladarekin - Azukredun jogurt naturala Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> - Iilar sueztituak - Patata tortila letxugarekin ● Fruta Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> - Indaba gorriak - Abadira xerra saltsa amerikarrean - Zaporedun jogurta Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> - Hiru gutuziako arroza - Behiki eta txerri hanburgesa laban eginda jardinera saltsan ● Fruta Ogia 					
08	Kcal 905 Lip. 39	P. 30 H.C. 107	09	Kcal 745 Lip. 28	P. 21 H.C. 96	10	Kcal 811 Lip. 24	P. 44 H.C. 102	11	Kcal 949 Lip. 32	P. 45 H.C. 119	12	Kcal 792 Lip. 31	P. 38 H.C. 82
<ul style="list-style-type: none"> ● Patatak errioxar erara - Oilasko eta txerri albondigak saltsa leunean ● Fruta Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> ● Zerba eta ziazerba purea - Patata eta kalabazin tortila letxugarekin - Zaporedun jogurta Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> - Garbantzuak - Legatz xerra saltsa berdean ● Fruta Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> - Kodito salteatuak barregorri eta hirugiharrarekin - Txerri solomo ontzutu arrautzatzatua letxugarekin - Azukredun jogurt naturala Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> - Dilistak arrozarekin - Oilasko hegotoxak liz entsaladarekin ● Fruta Ogia 						
15	Kcal 701 Lip. 22	P. 16 H.C. 109	16	Kcal 785 Lip. 32	P. 30 H.C. 93	17	Kcal 694 Lip. 27	P. 38 H.C. 74	18	Kcal 799 Lip. 19	P. 46 H.C. 96	19	Kcal 892 Lip. 25	P. 44 H.C. 123
<ul style="list-style-type: none"> ● Kalabaza eta azenario krema - Patata tortila liz entsaladarekin ● Fruta Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> - Hizki zopa - Frankfurt saltxitxak tomate eta patatekin - Azukredun jogurt naturala Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> - Zerba sueztituak - Oilasko bularkiak barregorri saltsan ● Fruta Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> - Indaba zuriak - Abadira xerra erromatar erara letxugarekin - Zaporedun jogurta Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> - Arroza ekialdeko erara - Txahal gisatua barazki eta ziza-saltsan ● Fruta Ogia 						
22	Kcal 724 Lip. 30	P. 23 H.C. 91	23	Kcal 763 Lip. 23	P. 45 H.C. 80	24	Kcal 871 Lip. 29	P. 24 H.C. 129	25	Kcal 866 Lip. 15	P. 33 H.C. 145	26	Kcal 727 Lip. 25	P. 37 H.C. 86
<ul style="list-style-type: none"> ● Porrusalda - Behiki eta txerri hanburgesa laban eginda jardinera saltsan ● Fruta Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> - Dilistak - Legatza menier saltsan - Zaporedun jogurta Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> - Euri zopa - San jakoboa letxugarekin ● Fruta Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> - Garbantzuak - Kiribilak salteatuak soja eta barazkitxoekin ● Fruta Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> ● Kalabazin krema - Txerri solomo fresko arrautzatzatua liz entsaladarekin ● Fruta Ogia 						
29	Kcal 654 Lip. 20	P. 46 H.C. 74	30	Kcal 738 Lip. 27	P. 22 H.C. 98	31	Kcal 764 Lip. 20	P. 44 H.C. 96						
<ul style="list-style-type: none"> - Leka sueztituak - Oilasko iztar errea barregorri, azenario eta patatekin ● Fruta Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> - Izar zopa oilasko eta arrautzarekin - Patata tortila liz entsaladarekin - Azukredun jogurt naturala Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> - Indaba gorriak - Legatz medailoiak saltsa berdean ● Fruta Ogia 										

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


Kiwirik Gabeko Erregimena

ASTELEHENA		ASTEARTEA		ASTEAZKENA		OSTEGUNA		OSTIRALA						
01		02	Kcal 773 Lip. 26	P. 20 H.C. 111	03	Kcal 738 Lip. 27	P. 21 H.C. 99	04	Kcal 828 Lip. 25	P. 46 H.C. 89	05	Kcal 896 Lip. 32	P. 26 H.C. 127	
			<ul style="list-style-type: none"> - Hegazti zopa fideoekin - Kroketak liz entsaladarekin - Azukredun jogurt naturala Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> - Iilar sueztituak - Patata tortila letxugarekin ● Fruta Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> - Indaba gorriak - Abadira xerra saltsa amerikarrean - Jogurt naturala Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> - Hiru gutuziako arroza - Behiki eta txerri hanburgesa laban eginda jardinera saltsan ● Fruta Ogia 					
08	Kcal 905 Lip. 39	P. 30 H.C. 107	09	Kcal 715 Lip. 29	P. 21 H.C. 85	10	Kcal 811 Lip. 24	P. 44 H.C. 102	11	Kcal 949 Lip. 32	P. 45 H.C. 119	12	Kcal 792 Lip. 31	P. 38 H.C. 82
<ul style="list-style-type: none"> ● Patatak errioxar erara - Oilasko eta txerri albondigak saltsa leunean ● Fruta Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> ● Zerba eta ziazerba purea - Patata eta kalabazin tortila letxugarekin - Jogurt naturala Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> - Garbantzuak - Legatz xerra saltsa berdean ● Fruta Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> - Kodito salteatuak barregorri eta hirugiharrarekin - Txerri solomo ontzutu arrautzatzatua letxugarekin - Azukredun jogurt naturala Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> - Dilistak arrozarekin - Oilasko hegotoxak liz entsaladarekin ● Fruta Ogia 						
15	Kcal 701 Lip. 22	P. 16 H.C. 109	16	Kcal 785 Lip. 32	P. 30 H.C. 93	17	Kcal 694 Lip. 27	P. 38 H.C. 74	18	Kcal 769 Lip. 20	P. 47 H.C. 86	19	Kcal 892 Lip. 25	P. 44 H.C. 123
<ul style="list-style-type: none"> ● Kalabaza eta azenario krema - Patata tortila liz entsaladarekin ● Fruta Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> - Hizki zopa - Frankfurt saltxitxak tomate eta patatekin - Azukredun jogurt naturala Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> - Zerba sueztituak - Oilasko bularkiak barregorri saltsan ● Fruta Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> - Indaba zuriak - Abadira xerra erromatar erara letxugarekin - Jogurt naturala Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> - Arroza ekialdeko erara - Txahal gisatua barazki eta ziza-saltsan ● Fruta Ogia 						
22	Kcal 724 Lip. 30	P. 23 H.C. 91	23	Kcal 733 Lip. 25	P. 45 H.C. 69	24	Kcal 871 Lip. 29	P. 24 H.C. 129	25	Kcal 866 Lip. 15	P. 33 H.C. 145	26	Kcal 727 Lip. 25	P. 37 H.C. 86
<ul style="list-style-type: none"> ● Porrusalda - Behiki eta txerri hanburgesa laban eginda jardinera saltsan ● Fruta Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> - Dilistak - Legatza menier saltsan - Jogurt naturala Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> - Euri zopa - San jakoboa letxugarekin ● Fruta Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> - Garbantzuak - Kiribilak salteatuak soja eta barazkitxoekin ● Fruta Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> ● Kalabazin krema - Txerri solomo fresko arrautzatzatua liz entsaladarekin ● Fruta Ogia 						
29	Kcal 654 Lip. 20	P. 46 H.C. 74	30	Kcal 738 Lip. 27	P. 22 H.C. 98	31	Kcal 764 Lip. 20	P. 44 H.C. 96						
<ul style="list-style-type: none"> - Leka sueztituak - Oilasko iztar errea barregorri, azenario eta patatekin ● Fruta Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> - Izar zopa oilasko eta arrautzarekin - Patata tortila liz entsaladarekin - Azukredun jogurt naturala Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> - Indaba gorriak - Legatz medailoiak saltsa berdean ● Fruta Ogia 										

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


Obolaktobegetariano Erregimena

ASTELEHENA
ASTEARTEA
ASTEAZKENA
OSTEGUNA
OSTIRALA

01 Kcal 767 Lip. 35 P. 16 H.C. 96 – Jardinera zopa – Barazki ziriak piper gorriekin – Azukredun jogurt naturala Ogia	02 Kcal 719 Lip. 26 P. 20 H.C. 97 – Iilar sueztituak – Patata tortila letxugarekin ● Fruta Ogia	03 Kcal 701 Lip. 17 P. 28 H.C. 98 – Indaba gorriak ● Oreki entsalada – Zaporedun jogurta Ogia	04 Kcal 807 Lip. 21 P. 28 H.C. 128 – Arroz zuria barazkiekin – Arrautzak tomatearekin ● Fruta Ogia	05 Kcal 761 Lip. 25 P. 18 H.C. 112 ● Porrusalda – Falafel hamburgesa tomatearekin ● Fruta Ogia	08 Kcal 745 Lip. 28 P. 21 H.C. 96 ● Zerba eta ziazerba purea – Patata eta kalabazin tortila letxugarekin – Zaporedun jogurta Ogia	09 Kcal 696 Lip. 17 P. 25 H.C. 104 – Garbantzuak ● Arroz entsalada ● Fruta Ogia	10 Kcal 888 Lip. 26 P. 24 H.C. 137 – Kodito salteatuak – Bilario arrautzak – Azukredun jogurt naturala Ogia	11 Kcal 606 Lip. 10 P. 21 H.C. 97 – Dilistak arrozarekin ● Barazki purea ● Fruta Ogia	12 Kcal 701 Lip. 22 P. 16 H.C. 109 ● Kalabaza eta azenario krema – Patata tortila liz entsaladarekin ● Fruta Ogia	15 Kcal 960 Lip. 40 P. 23 H.C. 122 – Minestrone zopa – Orekizko errosiar entsalada – Azukredun jogurt naturala Ogia	16 Kcal 618 Lip. 25 P. 25 H.C. 76 – Zerba sueztituak – Arrautzak bexamelarekin ● Fruta Ogia	17 Kcal 678 Lip. 16 P. 29 H.C. 94 – Indaba zuriak ● Entsalada mistoa – Zaporedun jogurta Ogia	18 Kcal 935 Lip. 27 P. 16 H.C. 156 – Arroza ekialdeko erara – Barazki ziriak piper berdeekin ● Fruta Ogia	19 Kcal 753 Lip. 24 P. 18 H.C. 112 ● Porrusalda – Falafel hamburgesa tomatearekin ● Fruta Ogia	22 Kcal 641 Lip. 16 P. 27 H.C. 83 – Dilistak ● Arroz entsalada – Zaporedun jogurta Ogia	23 Kcal 604 Lip. 32 P. 16 H.C. 64 – Jardinera zopa – Gazta tortila letxugarekin ● Fruta Ogia	24 Kcal 866 Lip. 15 P. 33 H.C. 145 – Garbantzuak – Kiribilak salteatuak soja eta barazkitxoekin ● Fruta Ogia	25 Kcal 741 Lip. 26 P. 16 H.C. 108 ● Kalabazin krema – Bilario arrautzak liz entsaladarekin ● Fruta Ogia	26 Kcal 751 Lip. 31 P. 14 H.C. 103 – Leka sueztituak – Barazki ziriak piper gorriekin ● Fruta Ogia	29 Kcal 726 Lip. 29 P. 18 H.C. 93 – Minestrone zopa – Patata tortila liz entsaladarekin – Azukredun jogurt naturala Ogia	30 Kcal 661 Lip. 15 P. 25 H.C. 98 – Indaba gorriak ● Oreki entsalada ● Fruta Ogia	31
---	--	--	---	--	---	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	---	--	--	---	---	--	-----------

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



Txerrikirik Gabeko Erregimena

ASTELEHENA		ASTEARTEA		ASTEAZKENA		OSTEGUNA		OSTIRALA	
01		02	Kcal 767 Lip. 35 P. 16 H.C. 96	03	Kcal 719 Lip. 26 P. 20 H.C. 97	04	Kcal 858 Lip. 24 P. 46 H.C. 100	05	Kcal 935 Lip. 27 P. 48 H.C. 127
		<ul style="list-style-type: none"> - Jardinera zopa - Barazki ziriak piper gorriekin - Azukredun jogurt naturala Ogia 	<ul style="list-style-type: none"> - Iilar sueztituak - Patata tortila letxugarekin ● Fruta Ogia 	<ul style="list-style-type: none"> - Indaba gorriak - Abadira xerra saltsa amerikarrean - Zaporedun jogurta Ogia 	<ul style="list-style-type: none"> - Arroz zuria barazkiekin - Txahal okela gisatua barazkiekin ● Fruta Ogia 				
08	Kcal 761 Lip. 25 P. 18 H.C. 112	09	Kcal 745 Lip. 28 P. 21 H.C. 96	10	Kcal 811 Lip. 24 P. 44 H.C. 102	11	Kcal 922 Lip. 29 P. 54 H.C. 109	12	Kcal 792 Lip. 31 P. 38 H.C. 82
<ul style="list-style-type: none"> ● Porrusalda - Falafel hamburgesa tomatearekin ● Fruta Ogia 	<ul style="list-style-type: none"> ● Zerba eta ziazerba purea - Patata eta kalabazin tortila letxugarekin - Zaporedun jogurta Ogia 	<ul style="list-style-type: none"> - Garbantzua - Legatz xerra saltsa berdean ● Fruta Ogia 	<ul style="list-style-type: none"> - Kodito salteatuak - Txahal zankarra piperrekin - Azukredun jogurt naturala Ogia 	<ul style="list-style-type: none"> - Dilistak arrozarekin - Oilasko hegotoxoak liz entsaladarekin ● Fruta Ogia 					
15	Kcal 701 Lip. 22 P. 16 H.C. 109	16	Kcal 654 Lip. 26 P. 30 H.C. 74	17	Kcal 673 Lip. 25 P. 37 H.C. 75	18	Kcal 799 Lip. 19 P. 46 H.C. 96	19	Kcal 892 Lip. 25 P. 44 H.C. 123
<ul style="list-style-type: none"> ● Kalabaza eta azenario krema - Patata tortila liz entsaladarekin ● Fruta Ogia 	<ul style="list-style-type: none"> - Minestrone zopa - Legatz xerra laban eginda saltsa leunean - Azukredun jogurt naturala Ogia 	<ul style="list-style-type: none"> - Zerba sueztituak - Oilasko bularkiak barregorri saltsan ● Fruta Ogia 	<ul style="list-style-type: none"> - Indaba zuriak - Abadira xerra erromatar erara letxugarekin - Zaporedun jogurta Ogia 	<ul style="list-style-type: none"> - Arroza ekialdeko erara - Txahal gisatua barazki eta ziza-saltsan ● Fruta Ogia 					
22	Kcal 722 Lip. 27 P. 31 H.C. 89	23	Kcal 763 Lip. 23 P. 45 H.C. 80	24	Kcal 604 Lip. 32 P. 16 H.C. 64	25	Kcal 866 Lip. 15 P. 33 H.C. 145	26	Kcal 741 Lip. 26 P. 16 H.C. 108
<ul style="list-style-type: none"> ● Porrusalda - %100 txahal hamburgesa saltsan ● Fruta Ogia 	<ul style="list-style-type: none"> - Dilistak - Legatza menier saltsan - Zaporedun jogurta Ogia 	<ul style="list-style-type: none"> - Jardinera zopa - Gazta tortila letxugarekin ● Fruta Ogia 	<ul style="list-style-type: none"> - Garbantzua - Kiribilak salteatuak soja eta barazkitxoekin ● Fruta Ogia 	<ul style="list-style-type: none"> ● Kalabazin krema - Bilario arrautzak liz entsaladarekin ● Fruta Ogia 					
29	Kcal 630 Lip. 17 P. 45 H.C. 74	30	Kcal 726 Lip. 29 P. 18 H.C. 93	31	Kcal 764 Lip. 20 P. 44 H.C. 96				
<ul style="list-style-type: none"> - Leka sueztituak - Oilasko iztar errea barregorri, azenario eta patatekin ● Fruta Ogia 	<ul style="list-style-type: none"> - Minestrone zopa - Patata tortila liz entsaladarekin - Azukredun jogurt naturala Ogia 	<ul style="list-style-type: none"> - Indaba gorriak - Legatz medailoiak saltsa berdean ● Fruta Ogia 							

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


Zeliako Erregimena
ASTELEHENA
ASTEARTEA
ASTEAZKENA
OSTEGUNA
OSTIRALA

01		02	Kcal 583 Lip. 31	P. 21 H.C. 52	03	Kcal 739 Lip. 33	P. 16 H.C. 89	04	Kcal 752 Lip. 24	P. 39 H.C. 80	05	Kcal 963 Lip. 34	P. 46 H.C. 118	
		<ul style="list-style-type: none"> - Jardinera zopa ● Bakailaoa laban eginda liz entsaladarekin - Azukredun jogurt naturala Ogia 			<ul style="list-style-type: none"> - Ilar sueztituak - Patata tortila letxugarekin ● Fruta Ogia 			<ul style="list-style-type: none"> - Indaba gorriak - Abadira xerra laban eginda saltsa leunean - Zaporedun jogurta Ogia 			<ul style="list-style-type: none"> - Hiru gutuziako arroza - Txahal okela gisatua barazkiekin ● Fruta Ogia 			
08	Kcal 693 Lip. 32	P. 24 H.C. 77	09	Kcal 746 Lip. 35	P. 16 H.C. 85	10	Kcal 741 Lip. 27	P. 36 H.C. 83	11	Kcal 937 Lip. 36	P. 45 H.C. 106	12	Kcal 708 Lip. 39	P. 23 H.C. 64
<ul style="list-style-type: none"> ● Patatak errioxar erara ● Bakailaoa plantxan olio errearekin ● Fruta Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> ● Zerba eta ziazerba purea - Patata eta kalabazin tortila letxugarekin - Zaporedun jogurta Ogia 	<ul style="list-style-type: none"> - Garbantzuak - Legatz xerra laban eginda saltsa berdean ● Fruta Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> - Makarroi salteatuak - Txahal zankarra piperrekin - Azukredun jogurt naturala Ogia 	<ul style="list-style-type: none"> ● Barazki purea - Oilasko hegotoak liz entsaladarekin ● Fruta Ogia 								
15	Kcal 702 Lip. 29	P. 12 H.C. 98	16	Kcal 655 Lip. 33	P. 25 H.C. 63	17	Kcal 641 Lip. 33	P. 31 H.C. 55	18	Kcal 755 Lip. 24	P. 40 H.C. 80	19	Kcal 893 Lip. 32	P. 39 H.C. 113
<ul style="list-style-type: none"> ● Kalabaza eta azenario krema - Patata tortila liz entsaladarekin ● Fruta Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> - Minestrone zopa - Legatz xerra laban eginda saltsa leunean - Azukredun jogurt naturala Ogia 	<ul style="list-style-type: none"> - Zerba sueztituak - Oilasko bularkiak plantxan barregorri-saltsan ● Fruta Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> - Indaba zuriak - Abadira xerra laban eginda letxugarekin - Zaporedun jogurta Ogia 	<ul style="list-style-type: none"> - Arroza ekialdeko erara - Txahal gisatua barazki eta ziza-saltsan ● Fruta Ogia 								
22	Kcal 723 Lip. 33	P. 26 H.C. 78	23	Kcal 630 Lip. 31	P. 27 H.C. 56	24	Kcal 605 Lip. 38	P. 11 H.C. 54	25	Kcal 878 Lip. 21	P. 24 H.C. 142	26	Kcal 697 Lip. 31	P. 31 H.C. 71
<ul style="list-style-type: none"> ● Porrusalda - %100 txahal hanburgesa saltsan ● Fruta Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> - Ziazerba sueztituak - Legatz xerra laban eginda saltsa leunean - Zaporedun jogurta Ogia 	<ul style="list-style-type: none"> - Jardinera zopa - Gazta tortila letxugarekin ● Fruta Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> - Garbantzuak - Makarroi salteatuak ● Fruta Ogia 	<ul style="list-style-type: none"> ● Kalabazin krema - Txerri solomo freskoa plantxan saltsan liz entsaladarekin ● Fruta Ogia 								
29	Kcal 705 Lip. 31	P. 41 H.C. 64	30	Kcal 727 Lip. 36	P. 13 H.C. 83	31	Kcal 693 Lip. 23	P. 37 H.C. 78						
<ul style="list-style-type: none"> - Leka sueztituak - Oilasko iztar errea barazkiekin ● Fruta Ogia 		<ul style="list-style-type: none"> - Minestrone zopa - Patata tortila liz entsaladarekin - Azukredun jogurt naturala Ogia 	<ul style="list-style-type: none"> - Indaba gorriak - Legatz medailoiak laban eginda saltsa berdean ● Fruta Ogia 											

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

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

