

Arrunta

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

<b>03</b> Kcal 702 Lip. 22 P. 16 H.C. 110 - Kalabaza eta azenario krema - Patata tortila liz entsaladarekin - Fruta Ogia	<b>04</b> Kcal 874 Lip. 36 P. 31 H.C. 105 - Hizki zopa - Frankfurt saltxitxak tomate eta txip patatekin - Azukredun jogurt naturala Ogia	<b>05</b> Kcal 694 Lip. 27 P. 38 H.C. 74 - Zerba sueztituak - Oilasko bularkiak barrengorri saltsan - Fruta Ogia	<b>06</b> Kcal 799 Lip. 19 P. 46 H.C. 96 - Indaba zuriak - Abadira xerra erromatar erara letxugarekin - Zaporedun jogurta Ogia	<b>07</b> Kcal 892 Lip. 25 P. 44 H.C. 123 - Arroza ekialdeko erara - Txahal gisatua barazki eta ziza-saltsan - Fruta Ogia
<b>10</b> Kcal 724 Lip. 30 P. 23 H.C. 91 • Porrusalda - Behiki eta txerri hanburgesa laban eginda jardinera saltsan - Fruta Ogia	<b>11</b> Kcal 763 Lip. 23 P. 45 H.C. 80 - Dilistak - Legatza menier saltsan - Zaporedun jogurta Ogia	<b>12</b> Kcal 871 Lip. 29 P. 24 H.C. 129 - Euri zopa - San jakoboa letxugarekin - Fruta Ogia	<b>13</b> Kcal 866 Lip. 15 P. 33 H.C. 145 - Garbantzuak - Kiribilak salteatuak soja eta barazkitxoekin - Fruta Ogia	<b>14</b> Kcal 1011 Lip. 44 P. 41 H.C. 109 - Entsalada mistoa - Kalabazin krema - Txerri solomo fresko arrautzatzatua txip patatekin - Fruta Ogia
<b>17</b> Kcal 654 Lip. 20 P. 46 H.C. 74 - Leka sueztituak - Oilasko iztar errea barrengorri, azenario eta patatekin - Fruta Ogia	<b>18</b> Kcal 976 Lip. 22 P. 26 H.C. 169 - Arroza tomatearekin - Gastroki hanburgesa - Postre gozoa Ogia	<b>19</b> Kcal 764 Lip. 20 P. 44 H.C. 96 - Indaba gorriak - Legatz medailoiak saltsa berdean - Fruta Ogia	<b>20</b> Kcal 848 Lip. 34 P. 28 H.C. 104 - Barazki purea - Oilasko eta txerri albondigak saltsa leunean - Zaporedun jogurta Ogia	<b>21</b> Kcal 886 Lip. 37 P. 21 H.C. 114 • Patatak errioxar erara - Kroketak letxugarekin - Fruta Ogia
<b>24</b> Kcal 753 Lip. 26 P. 40 H.C. 77 - Dilistak - Oilasko hegotxoak patatekin - Fruta Ogia	<b>25</b> Kcal 810 Lip. 34 P. 25 H.C. 98 - Zerba eta ziazerba purea - Patata eta txorizo tortila letxugarekin - Zaporedun jogurta Ogia	<b>26</b> Kcal 874 Lip. 35 P. 19 H.C. 118 • Patatak saltsa berdean - Atun enpanadillak liz entsaladarekin - Fruta Ogia	<b>27</b> Kcal 953 Lip. 36 P. 32 H.C. 121 - Espagetiak napolitar erara - Behiki eta txerri hanburgesa laban eginda jardinera saltsan - Azukredun jogurt naturala Ogia	<b>28</b> Kcal 827 Lip. 25 P. 43 H.C. 96 - Indaba zuriak - Abadira xerra erromatar erara maionesarekin - Fruta Ogia

• Puntu hau tokiko produktudun plater eta egunen adierazgarri da.



Esneki eta Arrainik Gabeko Erregimena

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

<b>03</b> Kcal 702 Lip. 22 P. 16 H.C. 110 - Kalabaza eta azenario krema - Patata tortila liz entsaladarekin - Fruta Ogia	<b>04</b> Kcal 722 Lip. 29 P. 44 H.C. 68 - Hizki zopa - Txahal xerra plantxan saltsan - Soja jogurta Ogia	<b>05</b> Kcal 694 Lip. 27 P. 38 H.C. 74 - Zerba sueztituak - Oilasko bularkiak barrengorri saltsan - Fruta Ogia	<b>06</b> Kcal 831 Lip. 30 P. 50 H.C. 79 - Indaba zuriak - Txerri gihar xerra plantxan saltsan letxugarekin - Soja jogurta Ogia	<b>07</b> Kcal 892 Lip. 25 P. 44 H.C. 123 - Arroza ekialdeko erara - Txahal gisatua barazki eta ziza-saltsan - Fruta Ogia
<b>10</b> Kcal 722 Lip. 27 P. 31 H.C. 89 ● <b>Porrusalda</b> - %100 txahal hanburgesa saltsan - Fruta Ogia	<b>11</b> Kcal 707 Lip. 19 P. 55 H.C. 63 - Dilistak - Indioilar bularkiak plantxan saltsan - Soja jogurta Ogia	<b>12</b> Kcal 697 Lip. 22 P. 48 H.C. 78 - Euri zopa - Oilasko iztar errea letxugarekin - Fruta Ogia	<b>13</b> Kcal 866 Lip. 15 P. 33 H.C. 145 - Garbantzuak - Kiribilak salteatuak soja eta barazkitxoekin - Fruta Ogia	<b>14</b> Kcal 878 Lip. 34 P. 38 H.C. 102 - Kalabazin krema - Txerri solomo fresko arrautzaztatua txip patatekin - Fruta Ogia
<b>17</b> Kcal 704 Lip. 25 P. 46 H.C. 75 - Leka sueztituak - Oilasko iztar errea barazkiekin - Fruta Ogia	<b>18</b> Kcal 947 Lip. 34 P. 39 H.C. 118 - Arroza tomatearekin - Burualdeko txerri xerra plantxan saltsan - Soja jogurta Ogia	<b>19</b> Kcal 855 Lip. 31 P. 42 H.C. 94 - Indaba gorriak - Oilasko hegotxoak barazkiekin - Fruta Ogia	<b>20</b> Kcal 799 Lip. 29 P. 52 H.C. 77 - Barazki purea - Txahal okela erregosia barazkiekin saltsan - Soja jogurta Ogia	<b>21</b> Kcal 763 Lip. 26 P. 41 H.C. 89 ● <b>Patatak errioxar erara</b> - Indioilar bularkiak plantxan saltsan letxugarekin - Fruta Ogia
<b>24</b> Kcal 806 Lip. 31 P. 41 H.C. 78 - Dilistak - Oilasko hegotxoak patatekin - Fruta Ogia	<b>25</b> Kcal 785 Lip. 34 P. 27 H.C. 86 - Zerba eta ziazerba purea - Patata eta txorizo tortila letxugarekin - Soja jogurta Ogia	<b>26</b> Kcal 682 Lip. 19 P. 38 H.C. 89 ● <b>Porrusalda</b> - Indioilar bularkiak plantxan saltsan liz entsaladarekin - Fruta Ogia	<b>27</b> Kcal 1008 Lip. 34 P. 60 H.C. 110 - Espageti zuriak tomatearekin - Txahal okela gisatua barazkiekin - Soja jogurta Ogia	<b>28</b> Kcal 757 Lip. 20 P. 48 H.C. 90 - Indaba zuriak - Txerri solomo freskoa plantxan saltsan - Fruta Ogia

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

 ● **Puntu hau tokiko produktudun plater eta egunen adierazgarri da.**


Kiwirik Gabeko Erregimena

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

<b>03</b> Kcal 702 Lip. 22 P. 16 H.C. 110 <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kalabaza eta azenario krema</li> <li>- Patata tortila liz entsaladarekin</li> <li>- Fruta</li> <li>- Ogia</li> </ul>	<b>04</b> Kcal 874 Lip. 36 P. 31 H.C. 105 <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hizki zopa</li> <li>- Frankfurt saltxitxak tomate eta txip patatekin</li> <li>- Azukredun jogurt naturala</li> <li>- Ogia</li> </ul>	<b>05</b> Kcal 694 Lip. 27 P. 38 H.C. 74 <ul style="list-style-type: none"> <li>- Zerba suezituak</li> <li>- Oilasko bularkiak barrengorri saltsan</li> <li>- Fruta</li> <li>- Ogia</li> </ul>	<b>06</b> Kcal 769 Lip. 20 P. 47 H.C. 86 <ul style="list-style-type: none"> <li>- Indaba zuriak</li> <li>- Abadira xerra erromatar erara letxugarekin</li> <li>- Jogurt naturala</li> <li>- Ogia</li> </ul>	<b>07</b> Kcal 892 Lip. 25 P. 44 H.C. 123 <ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroza ekialdeko erara</li> <li>- Txahal gisatua barazki eta ziza-saltsan</li> <li>- Fruta</li> <li>- Ogia</li> </ul>
<b>10</b> Kcal 724 Lip. 30 P. 23 H.C. 91 <ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Porrusalda</b></li> <li>- Behiki eta txerri hanburgesa laban eginda jardinera saltsan</li> <li>- Fruta</li> <li>- Ogia</li> </ul>	<b>11</b> Kcal 733 Lip. 25 P. 45 H.C. 69 <ul style="list-style-type: none"> <li>- Dilistak</li> <li>- Legatza menier saltsan</li> <li>- Jogurt naturala</li> <li>- Ogia</li> </ul>	<b>12</b> Kcal 871 Lip. 29 P. 24 H.C. 129 <ul style="list-style-type: none"> <li>- Euri zopa</li> <li>- San jakoboa letxugarekin</li> <li>- Fruta</li> <li>- Ogia</li> </ul>	<b>13</b> Kcal 866 Lip. 15 P. 33 H.C. 145 <ul style="list-style-type: none"> <li>- Garbantzuak</li> <li>- Kiribilak salteatuak soja eta barazkitxoekin</li> <li>- Fruta</li> <li>- Ogia</li> </ul>	<b>14</b> Kcal 878 Lip. 34 P. 38 H.C. 102 <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kalabazin krema</li> <li>- Txerri solomo fresko arrautzatzatua txip patatekin</li> <li>- Fruta</li> <li>- Ogia</li> </ul>
<b>17</b> Kcal 654 Lip. 20 P. 46 H.C. 74 <ul style="list-style-type: none"> <li>- Leka suezituak</li> <li>- Oilasko iztar errea barrengorri, azenario eta patatekin</li> <li>- Fruta</li> <li>- Ogia</li> </ul>	<b>18</b> Kcal 976 Lip. 22 P. 26 H.C. 169 <ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroza tomatearekin</li> <li>- Gastroki hanburgesa</li> <li>- Postre gozoa</li> <li>- Ogia</li> </ul>	<b>19</b> Kcal 764 Lip. 20 P. 44 H.C. 96 <ul style="list-style-type: none"> <li>- Indaba gorriak</li> <li>- Legatz medailoiak saltsa berdean</li> <li>- Fruta</li> <li>- Ogia</li> </ul>	<b>20</b> Kcal 818 Lip. 35 P. 28 H.C. 93 <ul style="list-style-type: none"> <li>- Barazki purea</li> <li>- Oilasko eta txerri albondigak saltsa leunean</li> <li>- Jogurt naturala</li> <li>- Ogia</li> </ul>	<b>21</b> Kcal 886 Lip. 37 P. 21 H.C. 114 <ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Patatak errioxar erara</b></li> <li>- Kroketak letxugarekin</li> <li>- Fruta</li> <li>- Ogia</li> </ul>
<b>24</b> Kcal 753 Lip. 26 P. 40 H.C. 77 <ul style="list-style-type: none"> <li>- Dilistak</li> <li>- Oilasko hegotxoak patatekin</li> <li>- Fruta</li> <li>- Ogia</li> </ul>	<b>25</b> Kcal 780 Lip. 35 P. 25 H.C. 87 <ul style="list-style-type: none"> <li>- Zerba eta ziazerba purea</li> <li>- Patata eta txorizo tortila letxugarekin</li> <li>- Jogurt naturala</li> <li>- Ogia</li> </ul>	<b>26</b> Kcal 874 Lip. 35 P. 19 H.C. 118 <ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Patatak saltsa berdean</b></li> <li>- Atun enpanadillak liz entsaladarekin</li> <li>- Fruta</li> <li>- Ogia</li> </ul>	<b>27</b> Kcal 953 Lip. 36 P. 32 H.C. 121 <ul style="list-style-type: none"> <li>- Espagetiak napolitar erara</li> <li>- Behiki eta txerri hanburgesa laban eginda jardinera saltsan</li> <li>- Azukredun jogurt naturala</li> <li>- Ogia</li> </ul>	<b>28</b> Kcal 827 Lip. 25 P. 43 H.C. 96 <ul style="list-style-type: none"> <li>- Indaba zuriak</li> <li>- Abadira xerra erromatar erara maionesarekin</li> <li>- Fruta</li> <li>- Ogia</li> </ul>

● Puntu hau tokiko produktudun plater eta egunen adierazgarri da.



Obolaktobegetariano Erregimena

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

<b>03</b> Kcal 702 Lip. 22 P. 16 H.C. 110 - Kalabaza eta azenario krema - Patata tortila liz entsaladarekin - Fruta Ogia	<b>04</b> Kcal 926 Lip. 40 P. 23 H.C. 114 - Minestrone zopa - Orekizko errusiar entsalada - Azukredun jogurt naturala Ogia	<b>05</b> Kcal 618 Lip. 25 P. 25 H.C. 76 - Zerba sueztituak - Arrautzak bexamelarekin - Fruta Ogia	<b>06</b> Kcal 677 Lip. 16 P. 29 H.C. 94 - Indaba zuriak - Entsalada mistoa - Zaporedun jogurta Ogia	<b>07</b> Kcal 935 Lip. 27 P. 16 H.C. 156 - Arroza ekialdeko erara - Barazki ziriak piper berdeekin - Fruta Ogia
<b>10</b> Kcal 753 Lip. 27 P. 14 H.C. 111 • <b>Porrusalda</b> - Barazki hanburgesa piper gorriekin - Fruta Ogia	<b>11</b> Kcal 640 Lip. 16 P. 27 H.C. 83 - Dilistak - Arroz entsalada - Zaporedun jogurta Ogia	<b>12</b> Kcal 609 Lip. 32 P. 16 H.C. 64 - Jardinera zopa - Gazta tortila letxugarekin - Fruta Ogia	<b>13</b> Kcal 866 Lip. 15 P. 33 H.C. 145 - Garbantzuak - Kiribilak salteatuak soja eta barazkitxoekin - Fruta Ogia	<b>14</b> Kcal 690 Lip. 24 P. 27 H.C. 91 - Kalabazin krema - Arrautzak bexamelarekin - Fruta Ogia
<b>17</b> Kcal 751 Lip. 31 P. 14 H.C. 103 - Leka sueztituak - Barazki ziriak piper gorriekin - Fruta Ogia	<b>18</b> Kcal 919 Lip. 24 P. 21 H.C. 155 - Arroza tomatearekin - Patata tortila - Postre gozoa Ogia	<b>19</b> Kcal 660 Lip. 15 P. 25 H.C. 98 - Indaba gorriak - Oreki entsalada - Fruta Ogia	<b>20</b> Kcal 696 Lip. 23 P. 29 H.C. 91 - Barazki purea - Arrautzak tomatearekin - Zaporedun jogurta Ogia	<b>21</b> Kcal 706 Lip. 17 P. 17 H.C. 120 • <b>Porrusalda</b> - Barazki kaneloiak - Fruta Ogia
<b>24</b> Kcal 586 Lip. 14 P. 23 H.C. 79 - Dilistak - Entsalada mistoa - Fruta Ogia	<b>25</b> Kcal 768 Lip. 30 P. 20 H.C. 100 - Zerba eta ziazerba purea - Patata tortila letxugarekin - Zaporedun jogurta Ogia	<b>26</b> Kcal 758 Lip. 28 P. 14 H.C. 110 • <b>Porrusalda</b> - Barazki hanburgesa piper berdeekin - Fruta Ogia	<b>27</b> Kcal 910 Lip. 27 P. 37 H.C. 128 - Espagetiak napolitar erara - Arrautzak bexamelarekin - Azukredun jogurt naturala Ogia	<b>28</b> Kcal 648 Lip. 11 P. 26 H.C. 104 - Indaba zuriak - Kalabazin krema - Fruta Ogia

• Puntu hau tokiko produktudun plater eta egunen adierazgarri da.



Txerrikirik Gabeko Erregimena

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

<b>03</b> Kcal 702 Lip. 22 P. 16 H.C. 110 - Kalabaza eta azenario krema - Patata tortila liz entsaladarekin - Fruta Ogia	<b>04</b> Kcal 620 Lip. 26 P. 29 H.C. 66 - Minestrone zopa - Legatz xerra laban eginda saltsa leunean - Azukredun jogurt naturala Ogia	<b>05</b> Kcal 673 Lip. 25 P. 37 H.C. 75 - Zerba sueztituak - Oilasko bularkiak barrengorri saltsan - Fruta Ogia	<b>06</b> Kcal 799 Lip. 19 P. 46 H.C. 96 - Indaba zuriak - Abadira xerra erromatar erara letxugarekin - Zaporedun jogurta Ogia	<b>07</b> Kcal 892 Lip. 25 P. 44 H.C. 123 - Arroza ekialdeko erara - Txahal gisatua barazki eta ziza-saltsan - Fruta Ogia
<b>10</b> Kcal 722 Lip. 27 P. 31 H.C. 89 • <b>Porrusalda</b> - %100 txahal hanburgesa saltsan - Fruta Ogia	<b>11</b> Kcal 763 Lip. 23 P. 45 H.C. 80 - Dilistak - Legatza menier saltsan - Zaporedun jogurta Ogia	<b>12</b> Kcal 609 Lip. 32 P. 16 H.C. 64 - Jardinera zopa - Gazta tortila letxugarekin - Fruta Ogia	<b>13</b> Kcal 866 Lip. 15 P. 33 H.C. 145 - Garbantzuak - Kiribilak salteatuak soja eta barazkitxoekin - Fruta Ogia	<b>14</b> Kcal 690 Lip. 24 P. 27 H.C. 91 - Kalabazin krema - Arrautzak bexamelarekin - Fruta Ogia
<b>17</b> Kcal 630 Lip. 17 P. 45 H.C. 74 - Leka sueztituak - Oilasko iztar errea barrengorri, azenario eta patatekin - Fruta Ogia	<b>18</b> Kcal 919 Lip. 24 P. 21 H.C. 155 - Arroza tomatearekin - Patata tortila - Postre gozoa Ogia	<b>19</b> Kcal 764 Lip. 20 P. 44 H.C. 96 - Indaba gorriak - Legatz medailoiak saltsa berdean - Fruta Ogia	<b>20</b> Kcal 824 Lip. 29 P. 49 H.C. 89 - Barazki purea - Txahal okela erregosia barazkiekin saltsan - Zaporedun jogurta Ogia	<b>21</b> Kcal 680 Lip. 19 P. 38 H.C. 89 • <b>Porrusalda</b> - Indioilar bularkiak plantxan saltsan letxugarekin - Fruta Ogia
<b>24</b> Kcal 753 Lip. 26 P. 40 H.C. 77 - Dilistak - Oilasko hegotxoak patatekin - Fruta Ogia	<b>25</b> Kcal 768 Lip. 30 P. 20 H.C. 100 - Zerba eta ziazerba purea - Patata tortila letxugarekin - Zaporedun jogurta Ogia	<b>26</b> Kcal 874 Lip. 35 P. 19 H.C. 118 • <b>Patatak saltsa berdean</b> - Atun enpanadillak liz entsaladarekin - Fruta Ogia	<b>27</b> Kcal 1019 Lip. 32 P. 57 H.C. 122 - Espagetiak napolitar erara - Txahal okela gisatua barazkiekin - Azukredun jogurt naturala Ogia	<b>28</b> Kcal 827 Lip. 25 P. 43 H.C. 96 - Indaba zuriak - Abadira xerra erromatar erara maionesarekin - Fruta Ogia

• Puntu hau tokiko produktudun plater eta egunen adierazgarri da.





**Zeliako Erregimena**
**ASTELEHENA**
**ASTEARTEA**
**ASTEAZKENA**
**OSTEGUNA**
**OSTIRALA**

<b>03</b>	Kcal 703 Lip. 29	P. 12 H.C. 99	<b>04</b>	Kcal 621 Lip. 33	P. 24 H.C. 55	<b>05</b>	Kcal 641 Lip. 33	P. 31 H.C. 55	<b>06</b>	Kcal 755 Lip. 24	P. 40 H.C. 80	<b>07</b>	Kcal 893 Lip. 32	P. 39 H.C. 113
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kalabaza eta azenario krema</li> <li>- Patata tortila liz entsaladarekin</li> <li>- Fruta</li> <li>- Ogia</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Minestrone zopa</li> <li>- Legatz xerra laban eginda saltsa leunean</li> <li>- Azukredun jogurt naturala</li> <li>- Ogia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zerba suezituak</li> <li>- Oilasko bularkiak plantxan barregorri-saltsan</li> <li>- Fruta</li> <li>- Ogia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Indaba zuriak</li> <li>- Abadira xerra laban eginda letxugarekin</li> <li>- Zaporedun jogurta</li> <li>- Ogia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroza ekialdeko erara</li> <li>- Txahal gisatua barazki eta ziza-saltsan</li> <li>- Fruta</li> <li>- Ogia</li> </ul>								
<b>10</b>	Kcal 723 Lip. 33	P. 26 H.C. 78	<b>11</b>	Kcal 630 Lip. 31	P. 27 H.C. 56	<b>12</b>	Kcal 610 Lip. 38	P. 12 H.C. 54	<b>13</b>	Kcal 878 Lip. 21	P. 24 H.C. 142	<b>14</b>	Kcal 693 Lip. 31	P. 30 H.C. 71
	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Porrusalda</b></li> <li>- %100 txahal hanburgesa saltsan</li> <li>- Fruta</li> <li>- Ogia</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ziazerba suezituak</li> <li>- Legatz xerra laban eginda saltsa leunean</li> <li>- Zaporedun jogurta</li> <li>- Ogia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Jardinera zopa</li> <li>- Gazta tortila letxugarekin</li> <li>- Fruta</li> <li>- Ogia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Garbantzuak</li> <li>- Makarroi salteatuak</li> <li>- Fruta</li> <li>- Ogia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kalabazin krema</li> <li>- Txerri solomo freskoa plantxan saltsan</li> <li>- Fruta</li> <li>- Ogia</li> </ul>								
<b>17</b>	Kcal 705 Lip. 31	P. 42 H.C. 64	<b>18</b>	Kcal 1012 Lip. 41	P. 32 H.C. 127	<b>19</b>	Kcal 693 Lip. 23	P. 37 H.C. 78	<b>20</b>	Kcal 825 Lip. 35	P. 44 H.C. 79	<b>21</b>	Kcal 764 Lip. 33	P. 37 H.C. 79
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Leka suezituak</li> <li>- Oilasko iztar errea barazkiekin</li> <li>- Fruta</li> <li>- Ogia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroza tomatearekin</li> <li>- Burualdeko txerri xerra plantxan saltsan</li> <li>- Arrautzesnea</li> <li>- Ogia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Indaba gorriak</li> <li>- Legatz medailoiak laban eginda saltsa berdean</li> <li>- Fruta</li> <li>- Ogia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Barazki purea</li> <li>- Txahal okela erregosia barazkiekin saltsan</li> <li>- Zaporedun jogurta</li> <li>- Ogia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Patatak errioxar erara</b></li> <li>- Indoiilar bularkiak plantxan saltsan letxugarekin</li> <li>- Fruta</li> <li>- Ogia</li> </ul>									
<b>24</b>	Kcal 732 Lip. 40	P. 23 H.C. 69	<b>25</b>	Kcal 811 Lip. 40	P. 20 H.C. 87	<b>26</b>	Kcal 611 Lip. 24	P. 21 H.C. 77	<b>27</b>	Kcal 1047 Lip. 40	P. 48 H.C. 119	<b>28</b>	Kcal 711 Lip. 22	P. 36 H.C. 79
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Barazki purea</li> <li>- Oilasko hegotoxak patatekin</li> <li>- Fruta</li> <li>- Ogia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zerba eta ziazerba purea</li> <li>- Patata eta txorizo tortila letxugarekin</li> <li>- Zaporedun jogurta</li> <li>- Ogia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Patatak saltsa berdean</b></li> <li>- Bakailaoa laban eginda liz entsaladarekin</li> <li>- Fruta</li> <li>- Ogia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Makarroi zuriak tomatearekin</li> <li>- Txahal okela gisatua barazkiekin</li> <li>- Azukredun jogurt naturala</li> <li>- Ogia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Indaba zuriak</li> <li>- Abadira xerra laban eginda azenarioarekin</li> <li>- Fruta</li> <li>- Ogia</li> </ul>									

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

● Puntu hau tokiko produktudun plater eta egunen adierazgarri da.



Arrautzarik Gabeko Erregimena

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

<b>03</b> Kcal 701 Lip. 19 P. 46 H.C. 90 - Kalabaza eta azenario krema - Oilasko iztar errea liz entsaladarekin - Fruta Ogia	<b>04</b> Kcal 620 Lip. 26 P. 29 H.C. 66 - Minestrone zopa - Legatz xerra laban eginda saltsa leunean - Azukredun jogurt naturala Ogia	<b>05</b> Kcal 640 Lip. 26 P. 35 H.C. 66 - Zerba suezituak - Oilasko bularkiak plantxan barrengorri-saltsan - Fruta Ogia	<b>06</b> Kcal 754 Lip. 18 P. 44 H.C. 90 - Indaba zuriak - Abadira xerra laban eginda letxugarekin - Zaporedun jogurta Ogia	<b>07</b> Kcal 892 Lip. 25 P. 44 H.C. 123 - Arroza ekialdeko erara - Txahal gisatua barazki eta ziza-saltsan - Fruta Ogia
<b>10</b> Kcal 722 Lip. 27 P. 31 H.C. 89 • <b>Porrusalda</b> - %100 txahal hanburgesa saltsan - Fruta Ogia	<b>11</b> Kcal 690 Lip. 19 P. 43 H.C. 74 - Dilistak - Legatz xerra laban eginda saltsa leunean - Zaporedun jogurta Ogia	<b>12</b> Kcal 636 Lip. 24 P. 43 H.C. 62 - Jardinera zopa - Oilasko iztar errea letxugarekin - Fruta Ogia	<b>13</b> Kcal 877 Lip. 15 P. 28 H.C. 152 - Garbantzuak - Makarroi salteatuak - Fruta Ogia	<b>14</b> Kcal 692 Lip. 24 P. 35 H.C. 82 - Kalabazin krema - Txerri solomo freskoa plantxan saltsan - Fruta Ogia
<b>17</b> Kcal 704 Lip. 25 P. 46 H.C. 75 - Leka suezituak - Oilasko iztar errea barazkiekin - Fruta Ogia	<b>18</b> Kcal 1011 Lip. 35 P. 37 H.C. 137 - Arroza tomatearekin - Burualdeko txerri xerra plantxan saltsan - Arrautzesnea Ogia	<b>19</b> Kcal 692 Lip. 16 P. 41 H.C. 88 - Indaba gorriak - Legatz medailoiak laban eginda saltsa berdean - Fruta Ogia	<b>20</b> Kcal 824 Lip. 29 P. 49 H.C. 89 - Barazki purea - Txahal okela erregosia barazkiekin saltsan - Zaporedun jogurta Ogia	<b>21</b> Kcal 763 Lip. 26 P. 41 H.C. 89 • <b>Patatak errioxar erara</b> - Indioilar bularkiak plantxan saltsan letxugarekin - Fruta Ogia
<b>24</b> Kcal 806 Lip. 31 P. 41 H.C. 78 - Dilistak - Oilasko hegotxoak patatekin - Fruta Ogia	<b>25</b> Kcal 812 Lip. 37 P. 34 H.C. 82 - Zerba eta ziazerba purea - Txerri gihar xerra plantxan saltsan letxugarekin - Zaporedun jogurta Ogia	<b>26</b> Kcal 614 Lip. 17 P. 25 H.C. 88 • <b>Porrusalda</b> - Bakailaoa laban eginda liz entsaladarekin - Fruta Ogia	<b>27</b> Kcal 1047 Lip. 34 P. 53 H.C. 129 - Makarroi zuriak tomatearekin - Txahal okela gisatua barazkiekin - Azukredun jogurt naturala Ogia	<b>28</b> Kcal 710 Lip. 16 P. 41 H.C. 89 - Indaba zuriak - Abadira xerra laban eginda azenarioarekin - Fruta Ogia

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

 • **Puntu hau tokiko produktudun plater eta egunen adierazgarri da.**
