



ASTELEHENA

ASTEARTEA

ASTEAZKENA

OSTEGUNA

OSTIRALA

	25	26	27	28	29
	<p>Kodito salteatuak barrengorri eta hirugiharrekin</p> <p>%100 txahal hanburgesa jardinera saltsan</p> <p>Fruta</p> <p>Ogia</p> <p>Kcal 843 Lip.(gr.) 31 Prot.(gr.) 30 H.C(gr.) 112</p>	<p>Garbantzuak</p> <p>Bakailaoa erromatar erara maionesarekin</p> <p>Azukredun jogurt naturala</p> <p>Ogia</p> <p>Kcal 889 Lip.(gr.) 26 Prot.(gr.) 57 H.C(gr.) 105</p>	<p>Paella</p> <p>Oilasko iztar errea barrengorri, azenario eta patatekin</p> <p>Fruta</p> <p>Ogia</p> <p>Kcal 953 Lip.(gr.) 24 Prot.(gr.) 70 H.C(gr.) 120</p>	<p>Patatak errioxar erara</p> <p>Indioilar salteatua sagar errearekin</p> <p>Zaporedun jogurta</p> <p>Ogia</p> <p>Kcal 811 Lip.(gr.) 21 Prot.(gr.) 58 H.C(gr.) 96</p>	<p>Zerba eta ziazerba purea</p> <p>San jakoboa liz entsaladarekin</p> <p>Fruta</p> <p>Ogia</p> <p>Kcal 839 Lip.(gr.) 29 Prot.(gr.) 26 H.C(gr.) 121</p>
	<p>Dilistak</p> <p>Legatz xerra erromatar erara limoiarekin</p> <p>Fruta</p> <p>Ogia</p> <p>Kcal 726 Lip.(gr.) 17 Prot.(gr.) 46 H.C(gr.) 99</p>	<p>3</p> <p>Espagetiak bolognar erara</p> <p>Kroketak urdaiazpiko egosi eta letxugarekin</p> <p>Actimel</p> <p>Ogia</p> <p>Kcal 1023 Lip.(gr.) 33 Prot.(gr.) 36 H.C(gr.) 140</p>	<p>4</p> <p>Leka suezituak</p> <p>Patata tortila liz entsaladarekin</p> <p>Fruta</p> <p>Ogia</p> <p>Kcal 675 Lip.(gr.) 29 Prot.(gr.) 19 H.C(gr.) 87</p>	<p>5</p> <p>Errusiar entsalada</p> <p>Txerri solomo ontzutu birrineztatua piper berdeekin</p> <p>Zaporedun jogurta</p> <p>Ogia</p> <p>Kcal 1132 Lip.(gr.) 59 Prot.(gr.) 48 H.C(gr.) 100</p>	<p>6</p> <p>Paella</p> <p>Oilasko erregosia saltsa horixkan</p> <p>Fruta</p> <p>Ogia</p> <p>Kcal 852 Lip.(gr.) 20 Prot.(gr.) 50 H.C(gr.) 121</p>
	<p>9</p> <p>Tallarin salteatuak ekialdeko erara</p> <p>Bakailaoa saltsa berdean</p> <p>Fruta</p> <p>Ogia</p> <p>Kcal 806 Lip.(gr.) 21 Prot.(gr.) 43 H.C(gr.) 113</p>	<p>10</p> <p>Izar zopa oilasko eta arrautzarekin</p> <p>Behiki albondigak jardinera saltsan</p> <p>Zaporedun jogurta</p> <p>Ogia</p> <p>Kcal 856 Lip.(gr.) 43 Prot.(gr.) 29 H.C(gr.) 90</p>	<p>11</p> <p>Dilistak</p> <p>Oreki entsalada</p> <p>Fruta</p> <p>Ogia</p> <p>Kcal 636 Lip.(gr.) 15 Prot.(gr.) 27 H.C(gr.) 100</p>	<p>12</p> <p>Kalabaza eta azenario krema</p> <p>Patata eta txorizo tortila letxugarekin</p> <p>Arrautzesnea</p> <p>Ogia</p> <p>Kcal 788 Lip.(gr.) 35 Prot.(gr.) 23 H.C(gr.) 96</p>	<p>13</p> <p>Arroza tomatearekin</p> <p>Oilasko nuggetak liz entsaladarekin</p> <p>Fruta</p> <p>Ogia</p> <p>Kcal 986 Lip.(gr.) 36 Prot.(gr.) 25 H.C(gr.) 146</p>
	<p>16</p> <p>Patatak errioxar erara</p> <p>Txerri solomo ontzutu birrineztatua piper berdeekin</p> <p>Fruta</p> <p>Ogia</p> <p>Kcal 712 Lip.(gr.) 17 Prot.(gr.) 42 H.C(gr.) 99</p>	<p>17</p> <p>Makarroiak napolitar erara</p> <p>Oilasko hegotoxak letxugarekin</p> <p>Zaporedun jogurta</p> <p>Ogia</p> <p>Kcal 1069 Lip.(gr.) 47 Prot.(gr.) 49 H.C(gr.) 111</p>	<p>18</p> <p>Garbantzuak</p> <p>Abadira xerra erromatar erara maionesarekin</p> <p>Fruta</p> <p>Ogia</p> <p>Kcal 853 Lip.(gr.) 24 Prot.(gr.) 52 H.C(gr.) 107</p>	<p>19</p> <p>Paella</p> <p>Behiki hanburgesa laban eginda jardinera saltsan</p> <p>Azukredun jogurt naturala</p> <p>Ogia</p> <p>Kcal 855 Lip.(gr.) 26 Prot.(gr.) 39 H.C(gr.) 120</p>	<p>20</p> <p>Entsalada mistoa</p> <p>Frankfurt saltxitxak tomate eta patata laukiekin</p> <p>Fruta</p> <p>Ogia</p> <p>Kcal 672 Lip.(gr.) 31 Prot.(gr.) 23 H.C(gr.) 77</p>
	<p>23</p> <p>Barazki purea</p> <p>Oilasko iztar errea barrengorri, azenario eta patatekin</p> <p>Fruta</p> <p>Ogia</p> <p>Kcal 744 Lip.(gr.) 21 Prot.(gr.) 61 H.C(gr.) 80</p>	<p>24</p> <p>Hiru gutuziako arroza</p> <p>San jakoboa letxugarekin</p> <p>Greziar jogurta</p> <p>Ogia</p> <p>Kcal 1136 Lip.(gr.) 39 Prot.(gr.) 36 H.C(gr.) 165</p>	<p>25</p> <p>Indaba zuriak</p> <p>Entsalada mistoa</p> <p>Fruta</p> <p>Ogia</p> <p>Kcal 664 Lip.(gr.) 15 Prot.(gr.) 28 H.C(gr.) 106</p>	<p>26</p> <p>Hegazti zopa fideoekin</p> <p>Patata tortila piper berdeekin</p> <p>Zaporedun jogurta</p> <p>Ogia</p> <p>Kcal 731 Lip.(gr.) 31 Prot.(gr.) 24 H.C(gr.) 89</p>	<p>27</p> <p>Kiribil salteatuak barrengorri eta hirugiharrekin</p> <p>Legatz medailoiak saltsa berdean</p> <p>Fruta</p> <p>Ogia</p> <p>Kcal 817 Lip.(gr.) 26 Prot.(gr.) 38 H.C(gr.) 110</p>

Mayo'98 Pag.1 de 1

R.C. 04.09 Rev. Nº 1

BAZKARON HARTUTAKO JAKINAREN ERREKIBOTUAK

- Arroza, orekia, patata edo tekaieak
- Barazkiak
- Barazkiak
- Haragiak
- Arrainak
- Arrautza
- Fruta
- Esnekia

- Barazki edo ortuari gordin edo prestatuak
- Arroza, orekia edo patatak
- Arraina edo arrautza
- Haragi edo arrautza
- Arraina edo haragia
- Esnekia edo fruta
- Fruta

Afarie



Informa