

Beste Kolektiboak

ASTELEHENA

ASTEARTEA

ASTEAZKENA

OSTEGUNA

OSTIRALA

02 Kcal 704 P. 43 Lip. 14 H.C. 96 – Garbantzuk – Papardoa laban eginda tomatearekin ● Fruta Ogia	03 Kcal 853 P. 51 Lip. 16 H.C. 126 – Arroz zuria barazkiekin – Oilasko iztar errea liz entsaladarekin – Zaporedun jogurta Ogia	04 Kcal 638 P. 17 Lip. 24 H.C. 83 – Ziazerba sueztituak – Patata eta kalabazin tortila letxugarekin ● Fruta Ogia	05 Kcal 883 P. 54 Lip. 36 H.C. 85 – Izar zopa hegaztiarekin – Txahal guisatua barazki saltsan – Azukredun jogurt naturala Ogia	06 Kcal 736 P. 39 Lip. 18 H.C. 98 – Indaba zuriak – Legatz xerra proventzar erara limoiarekin ● Fruta Ogia
09 Kcal 772 P. 34 Lip. 30 H.C. 92 ● Patatak marinel erara – %100 txahal hanburgesa jardineria saltsan ● Fruta Ogia	10 Kcal 775 P. 33 Lip. 21 H.C. 100 – Dilistak – Patata tortila letxugarekin – Arrautzesnea Ogia	11 Kcal 888 P. 27 Lip. 21 H.C. 139 – Barazki oreki salteatua – Falafelak tomate saltsarekin ● Fruta Ogia	12 Kcal 777 P. 35 Lip. 31 H.C. 85 – Barazki menestra – Bakailao piperradarekin – Zaporedun jogurta Ogia	13 Kcal 670 P. 14 Lip. 23 H.C. 100 ● Barazki purea – Bilarro arrautzak ● Fruta Ogia
16 Kcal 922 P. 37 Lip. 23 H.C. 141 – Arroza tomatearekin – Abadira xerra erromatar erara liz entsaladarekin ● Fruta Ogia	17 Kcal 795 P. 47 Lip. 23 H.C. 95 – Ilar krema – Oilasko bularki arrautzatzatuak letxugarekin – Zaporedun jogurta Ogia	18 Kcal 943 P. 37 Lip. 35 H.C. 114 – Garbantzuk – Izokina maionesarekin ● Fruta Ogia	19	20 Kcal 863 P. 55 Lip. 26 H.C. 95 – Indaba gorriak – Txahal gisatua barazki eta ziza-saltsan ● Fruta Ogia
23 Kcal 998 P. 46 Lip. 33 H.C. 125 – Espagetiak napolitar erara – Oilasko erregosia saltsa horixkan ● Fruta Ogia	24 Kcal 738 P. 19 Lip. 29 H.C. 96 ● Zerba eta ziazerba purea – Bilarro arrautzak – Azukredun jogurt naturala Ogia	25 Kcal 693 P. 40 Lip. 19 H.C. 80 – Dilistak – Legatz medailoiak saltsa berdean ● Fruta Ogia	26 Kcal 822 P. 52 Lip. 33 H.C. 77 – Leka sueztituak – Txahal okela gisatua barazkiekin – Zaporedun jogurta Ogia	27 Kcal 731 P. 19 Lip. 27 H.C. 98 – Euri zopa hegaztiarekin – Patata eta pipertortila letxugarekin ● Fruta Ogia
30 Kcal 829 P. 34 Lip. 19 H.C. 131 – Arroz zuria barazkiekin – Abadira xerra erromatar erara letxugarekin ● Fruta Ogia	31 Kcal 775 P. 33 Lip. 35 H.C. 83 ● Kalabaza eta azenario krema – %100 txahal hanburgesa saltsan – Zaporedun jogurta Ogia			

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

BAZKARIAN HARTUTAKO JAKIAK	AFALTZEKO GOMENDIOAK
Arroza, orekia, patata edo lekaleak	Barazki edo ortuari gordin edo prestatuak
Barazkiak	Arroza, orekia edo patatak
Haragiak	Arraina edo arrautza
Arrainak	Haragia edo arrautza
Arrautza	Arraina edo haragia
Fruta	Esnekia edo fruta
Esnekia	Fruta

www.gastronomiabaska.com



Otros Colectivos

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

<p>02 Kcal 704 P. 43 Lip. 14 H.C. 96</p> <ul style="list-style-type: none"> - Garbanzos - Palometa al horno con tomate ● Fruta Pan 	<p>03 Kcal 853 P. 51 Lip. 16 H.C. 126</p> <ul style="list-style-type: none"> - Arroz blanco con verduras - Muslo de pollo asado con ensalada liz - Yogurt sabores Pan 	<p>04 Kcal 638 P. 17 Lip. 24 H.C. 83</p> <ul style="list-style-type: none"> - Espinacas rehogadas - Tortilla de patata y calabacín con lechuga ● Fruta Pan 	<p>05 Kcal 883 P. 54 Lip. 36 H.C. 85</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sopa de estrellas con ave - Guisado de ternera en salsa de verduras - Yogurt natural azucarado Pan 	<p>06 Kcal 736 P. 39 Lip. 18 H.C. 98</p> <ul style="list-style-type: none"> - Alubias blancas - Filete de merluza a la provenzal con limón ● Fruta Pan
<p>09 Kcal 772 P. 34 Lip. 30 H.C. 92</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Patatas a la marinera - Hamburguesa de ternera 100% en salsa jardinera ● Fruta Pan 	<p>10 Kcal 775 P. 33 Lip. 21 H.C. 100</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lentejas - Tortilla de patata con lechuga - Natillas Pan 	<p>11 Kcal 888 P. 27 Lip. 21 H.C. 139</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pasta de verduras salteada - Falafel con salsa de tomate ● Fruta Pan 	<p>12 Kcal 777 P. 35 Lip. 31 H.C. 85</p> <ul style="list-style-type: none"> - Menestra de verduras - Bacalao con piperrada - Yogurt sabores Pan 	<p>13 Kcal 670 P. 14 Lip. 23 H.C. 100</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Puré de verdura - Huevos villarroy ● Fruta Pan
<p>16 Kcal 922 P. 37 Lip. 23 H.C. 141</p> <ul style="list-style-type: none"> - Arroz con tomate - Filete de abadejo romana con ensalada liz ● Fruta Pan 	<p>17 Kcal 795 P. 47 Lip. 23 H.C. 95</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de guisantes - Pechugas de pollo rebozadas con lechuga - Yogurt sabores Pan 	<p>18 Kcal 943 P. 37 Lip. 35 H.C. 114</p> <ul style="list-style-type: none"> - Garbanzos - Salmón con mahonesa ● Fruta Pan 	<p>19</p>	<p>20 Kcal 863 P. 55 Lip. 26 H.C. 95</p> <ul style="list-style-type: none"> - Alubias rojas - Guisado de ternera en salsa de verduras con setas ● Fruta Pan
<p>23 Kcal 998 P. 46 Lip. 33 H.C. 125</p> <ul style="list-style-type: none"> - Espaguetis napolitana - Estofado de pollo en salsa rubia ● Fruta Pan 	<p>24 Kcal 738 P. 19 Lip. 29 H.C. 96</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Puré de acelgas y espinacas - Huevos villarroy - Yogurt natural azucarado Pan 	<p>25 Kcal 693 P. 40 Lip. 19 H.C. 80</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lentejas - Medallones de merluza en salsa verde ● Fruta Pan 	<p>26 Kcal 822 P. 52 Lip. 33 H.C. 77</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vainas rehogadas - Carne guisada de ternera con verduras - Yogurt sabores Pan 	<p>27 Kcal 731 P. 19 Lip. 27 H.C. 98</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sopa de lluvia con ave - Tortilla de patata y pimientos con lechuga ● Fruta Pan
<p>30 Kcal 829 P. 34 Lip. 19 H.C. 131</p> <ul style="list-style-type: none"> - Arroz blanco con verduras - Filete de abadejo romana con lechuga ● Fruta Pan 	<p>31 Kcal 775 P. 33 Lip. 35 H.C. 83</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Crema de calabaza y zanahoria - Hamburguesa de ternera 100% en salsa - Yogurt sabores Pan 			

● Este punto indica los platos y días gestionados a través de proveedores de nuestro programa KODE..

ALIMENTOS CONSUMIDOS EN LA COMIDA	SUGERENCIA PARA LA CENA
Arroz, pasta, patata o legumbre	Verduras u hortalizas crudas o cocinadas
Verduras	Arroz, pasta o patata
Carnes	Pescados o huevo
Pescados	Carne o huevo
Huevo	Pescado o carne
Fruta	Lácteo o fruta
Lácteo	Fruta

