

**LUNES**
**MARTES**
**MIÉRCOLES**
**JUEVES**
**VIERNES**

**05** Kcal 723 P. 34  
Lip. 30 H.C. 79

- Sopa de lluvia
- Hamburguesa de ternera 100% en salsa jardinera
- **Fruta**
- Pan

**06** Kcal 960 P. 39  
Lip. 29 H.C. 134

- Arroz con salchichas y chorizo
- Filete de merluza empanado con lechuga
- Yogurt natural azucarado
- Pan

**07** Kcal 827 P. 40  
Lip. 40 H.C. 74

- Espinacas rehogadas
- Cerdo guisado a la riojana
- **Fruta**
- Pan

**08** Kcal 868 P. 48  
Lip. 24 H.C. 103

- Garbanzos
- Filete de abadejo en salsa verde
- Yogurt sabores
- Pan

**09** Kcal 716 P. 38  
Lip. 24 H.C. 83

- **Crema de calabacín**
- Pechugas de pollo rebozadas con ensalada liz
- **Fruta**
- Pan

**12**

**13** Kcal 951 P. 38  
Lip. 32 H.C. 124

- Tallarines con tomate
- **Bacalao romana con mahonesa**
- Yogurt sabores
- Pan

**14** Kcal 680 P. 57  
Lip. 12 H.C. 75

- Lentejas
- Muslo de pollo asado con lechuga
- **Fruta**
- Pan

**15** Kcal 863 P. 46  
Lip. 38 H.C. 82

- **Puré de verdura**
- Carne guisada de ternera con verduras
- Yogurt griego
- Pan

**16** Kcal 741 P. 30  
Lip. 17 H.C. 108

- Alubias rojas
- Tortilla de patata con ensalada liz
- **Fruta**
- Pan

**19** Kcal 754 P. 39  
Lip. 30 H.C. 85

- **Crema de calabaza y zanahoria**
- Estofado de pavo con verduras
- **Fruta**
- Pan

**20** Kcal 917 P. 40  
Lip. 22 H.C. 132

- Arroz tres delicias
- Filete de abadejo romana con lechuga
- Actimel
- Pan

**21** Kcal 908 P. 31  
Lip. 41 H.C. 102

- Menestra de verduras
- Albóndigas de pollo y cerdo en salsa suave con patatas
- **Fruta**
- Pan

**22** Kcal 866 P. 47  
Lip. 27 H.C. 102

- Garbanzos con chorizo
- Medallones de merluza en salsa verde
- Yogurt sabores
- Pan

**23** Kcal 886 P. 22  
Lip. 34 H.C. 122

- **Patatas en salsa verde**
- Croquetas con jamón york y ensalada liz
- **Fruta**
- Pan

**26** Kcal 768 P. 51  
Lip. 20 H.C. 83

- Lentejas
- Pechugas de pollo en salsa de champiñón
- **Fruta**
- Pan

**27** Kcal 724 P. 28  
Lip. 29 H.C. 83

- Vainas rehogadas
- Hamburguesa de vacuno y cerdo al horno en salsa jardinera
- Yogurt sabores
- Pan

**28** Kcal 739 P. 32  
Lip. 29 H.C. 89

- Sopa de letras
- Merluza en salsa americana
- **Fruta**
- Pan

**29** Kcal 1022 P. 70  
Lip. 36 H.C. 96

- Alubias blancas
- Lomo adobado de cerdo empanado con ensalada liz
- Yogurt natural azucarado
- Pan

**30** Kcal 864 P. 25  
Lip. 23 H.C. 135

- Pasta de verduras con tomate
- Tortilla de patata con lechuga
- **Fruta**
- 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

[www.gastronomiabaska.com](http://www.gastronomiabaska.com)



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

**05** Kcal 723 P. 34  
Lip. 30 H.C. 79

- Euri zopa
- %100 txahal hamburgesa jardinera saltsan
- **Fruta**
- Ogia

**06** Kcal 960 P. 39  
Lip. 29 H.C. 134

- Arroza saltxitxa eta txorizoarekin
- Legatz xerra birrineztatua letxugarekin
- Azukredun jogurt naturala Ogia

**07** Kcal 827 P. 40  
Lip. 40 H.C. 74

- Ziazberba sueztituak
- Txerri gisatua errioxar erara
- **Fruta**
- Ogia

**08** Kcal 868 P. 48  
Lip. 24 H.C. 103

- Garbantzuak
- Abadira xerra saltsa berdean
- Zaporedun jogurta Ogia

**09** Kcal 716 P. 38  
Lip. 24 H.C. 83

- **Kalabazin krema**
- Oilasko bularki arrautzatuak liz entsaladarekin
- **Fruta**
- Ogia

**12**

**13** Kcal 951 P. 38  
Lip. 32 H.C. 124

- Tallarinak tomatearekin
- **Bakailaoa erromatar erara maionesarekin**
- Zaporedun jogurta Ogia

**14** Kcal 680 P. 57  
Lip. 12 H.C. 75

- Dilistak
- Oilasko iztar errea letxugarekin
- **Fruta**
- Ogia

**15** Kcal 863 P. 46  
Lip. 38 H.C. 82

- **Barazki purea**
- Txahal okela gisatua barazkiekin
- Greziar jogurta Ogia

**16** Kcal 741 P. 30  
Lip. 17 H.C. 108

- Indaba gorriak
- Patata tortila liz entsaladarekin
- **Fruta**
- Ogia

**19** Kcal 754 P. 39  
Lip. 30 H.C. 85

- **Kalabaza eta azenario krema**
- Indioilar erregosia barazkiekin
- **Fruta**
- Ogia

**20** Kcal 917 P. 40  
Lip. 22 H.C. 132

- Hiru gutziako arroza
- Abadira xerra erromatar erara letxugarekin
- Actimel Ogia

**21** Kcal 908 P. 31  
Lip. 41 H.C. 102

- Barazki menestra
- Oilasko eta txerri albondigak saltsa leunean patatekin
- **Fruta**
- Ogia

**22** Kcal 866 P. 47  
Lip. 27 H.C. 102

- Garbantzuak txorizoarekin
- Legatz medailoiak saltsa berdean
- Zaporedun jogurta Ogia

**23** Kcal 886 P. 22  
Lip. 34 H.C. 122

- **Patatak saltsa berdean**
- Kroketak urdaiazpiko egosi eta liz entsaladarekin
- **Fruta**
- Ogia

**26** Kcal 768 P. 51  
Lip. 20 H.C. 83

- Dilistak
- Oilasko bularkiak barrengorri saltsan
- **Fruta**
- Ogia

**27** Kcal 724 P. 28  
Lip. 29 H.C. 83

- Leka sueztituak
- Behiki eta txerri hamburgesa laban eginda jardinera saltsan
- Zaporedun jogurta Ogia

**28** Kcal 739 P. 32  
Lip. 29 H.C. 89

- Hizki zopa
- Legatza saltsa amerikarrean
- **Fruta**
- Ogia

**29** Kcal 1022 P. 70  
Lip. 36 H.C. 96

- Indaba zuriak
- Txerri solomo ontzutu birrineztatua liz entsaladarekin
- Azukredun jogurt naturala Ogia

**30** Kcal 864 P. 25  
Lip. 23 H.C. 135

- Barazki orekia tomatearekin
- Patata tortila letxugarekin
- **Fruta**
- Ogia

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

