

LUNES

01

Kcal 936
Lip. 34

MARTES

02

Kcal 936
Lip. 34

- Espirales salteados con champiñón y bacon
- Lomo adobado con patatas
- Quesito y membrillo
- Pan

MIÉRCOLES

03

Kcal 735
Lip. 24

- Alubias blancas con verdura
- Tortilla de patata con lechuga
- Fruta
- Pan

JUEVES

04

Kcal 885
Lip. 34

- Arroz con tomate
- Bacalao al horno con piperrada
- Fruta
- Pan

VIERNES

05

Kcal 933
Lip. 32

- Lentejas con verdura
- Nuggets de pollo con ketchup
- Yogurt
- Pan

08

Kcal 986
Lip. 48

- Coditos con tomate y chorizo
- Medallones de merluza en salsa verde
- Fruta
- Pan

09

Kcal 779
Lip. 19

- Garbanzos con verdura
- Pechugas de pollo con salsa rubia
- Yogurt
- Pan

10

Kcal 787
Lip. 26

- Puré de verdura
- Huevos revueltos con patatas y york
- Fruta
- Pan

11

Kcal 818
Lip. 32

- Vainas rehogadas
- Albóndigas de vacuno y cerdo a la jardinera con patatas cuadro
- Fruta
- Pan

12

Kcal 914
Lip. 41

- Paella
- Filete de merluza romana con mahonesa
- Gelatina
- Pan

15

Kcal 889
Lip. 36

- Tallarines napolitana
- Tortilla de patata con lechuga
- Fruta
- Pan

16

Kcal 893
Lip. 31

- Menestra de verduras
- San jacobito con chips
- Yogurt
- Pan

17

Kcal 884
Lip. 41

- Arroz con tomate
- Filete de merluza romana con lechuga
- Fruta
- Pan

18

Kcal 919
Lip. 32

- Lentejas con arroz
- Hamburguesa de ternera 100% a la plancha con lechuga
- Natillas
- Pan

19

Kcal 825
Lip. 32

- Sopa de ave con fideos
- Estofado de pavo con verduras
- Fruta
- Pan

22

Kcal 767
Lip. 32

- Crema de calabacín
- Albóndigas de vacuno y cerdo a la jardinera con patatas cuadro
- Fruta
- Pan

23

Kcal 801
Lip. 23

- Garbanzos con chorizo
- Pechugas de pollo con lechuga
- Yogurt
- Pan

24

Kcal 664
Lip. 24

- Porrusalda
- Huevos revueltos con patatas y york
- Fruta
- Pan

25

Kcal 865
Lip. 36

- Espirales salteados con champiñón y bacon
- Bacalao tomate
- Yogurt natural
- Pan

26

Kcal 742
Lip. 26

- Sopa de ave con fideos
- Escalope de guiara de cerdo con patatas
- Fruta
- Pan

29

Kcal 630
Lip. 16

- Porrusalda
- Muslo de pollo asado con pimientos, champiñón y patata
- Fruta
- Pan

30

Kcal 920
Lip. 43

- Arroz con tomate
- Lomo fresco de cerdo a la plancha con lechuga
- Yogurt
- 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	Carnes o huevo
Huevo	Pescado o carne
Fruta	Lácteos o fruta
Lácteos	Fruta

ASTELEHENA

01

ASTEARTEA

02 Kcal 936 P. 42
Lip. 34 H.C. 112

- Kiribil salteatuak barregarri eta hirugiharrekin
- Txerri solomo ontzuta patatekin
- Gazta eta irasagarra Ogia

ASTEAZKENA

03 Kcal 735 P. 25
Lip. 24 H.C. 98

- Indaba zuriak barazkiekin
- Patata tortila letxugarekin
- Fruta Ogia

OSTEGUNA

04 Kcal 885 P. 56
Lip. 34 H.C. 79

- Arroza tomatearekin
- Bakailaoa laban eginda piperradarekin
- Fruta Ogia

OSTIRALA

05 Kcal 933 P. 37
Lip. 32 H.C. 124

- Dilistak barazkiekin
- Oilasko nuggetak ketchuparekin
- Jogurta Ogia

08 Kcal 986 P. 28
Lip. 48 H.C. 115

- Koditoak tomate eta txorizoarekin
- Legatz medailoak saltsa berdean
- Fruta Ogia

09 Kcal 779 P. 48
Lip. 19 H.C. 97

- Garbantzuak barazkiekin
- Oilasko bularkiak saltsa horixkan
- Jogurta Ogia

10 Kcal 787 P. 32
Lip. 26 H.C. 107

- Barazki purea
- Arrautza nahasiak patata eta urdaiazpiko egosiarekin
- Fruta Ogia

11 Kcal 818 P. 23
Lip. 32 H.C. 108

- Leka sueztituak
- Behiki eta txerri albondigak jardenera saltsan patata laukiekin
- Fruta Ogia

12 Kcal 914 P. 41
Lip. 41 H.C. 84

- Paella
- Legatz xerra erromatar erara maionesarekin
- Gelatina Ogia

15 Kcal 889 P. 20
Lip. 36 H.C. 120

- Tallarinak napolitar erara
- Patata tortila letxugarekin
- Fruta Ogia

16 Kcal 893 P. 24
Lip. 31 H.C. 126

- Barazki menestra
- San jakoboa txip patatekin
- Jogurta Ogia

17 Kcal 884 P. 37
Lip. 41 H.C. 81

- Arroza tomatearekin
- Legatz xerra erromatar erara letxugarekin
- Fruta Ogia

18 Kcal 919 P. 48
Lip. 32 H.C. 107

- Dilistak arrozarekin
- %100 txahal hanburgesa plantxan letxugarekin
- Arrautzesnea Ogia

19 Kcal 825 P. 54
Lip. 32 H.C. 78

- Hegazti zopa fideoekin
- Indiolar erregosia barazkiekin
- Fruta Ogia

22 Kcal 767 P. 22
Lip. 32 H.C. 95

- Kalabazin krema
- Behiki eta txerri albondigak jardenera saltsan patata laukiekin
- Fruta Ogia

23 Kcal 801 P. 49
Lip. 23 H.C. 94

- Garbantzuak txorizoarekin
- Oilasko bularkiak letxugarekin
- Jogurta Ogia

24 Kcal 664 P. 29
Lip. 24 H.C. 81

- Porrusalda
- Arrautza nahasiak patata eta urdaiazpiko egosiarekin
- Fruta Ogia

25 Kcal 865 P. 40
Lip. 36 H.C. 93

- Kiribil salteatuak barregarri eta hirugiharrekin
- Bakailaoa tomatearekin
- Jogurt naturala Ogia

26 Kcal 742 P. 36
Lip. 26 H.C. 91

- Hegazti zopa fideoekin
- Txerri giharra eskaloape patatekin
- Fruta Ogia

29 Kcal 630 P. 41
Lip. 16 H.C. 80

- Porrusalda
- Oilasko iztar errea piper, barregarri eta patatekin
- Fruta Ogia

30 Kcal 920 P. 46
Lip. 43 H.C. 73

- Arroza tomatearekin
- Txerri solomo freskoa plantxan letxugarekin
- Jogurta Ogia

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

BAZKARIAN HARTUTAKO JAKIAK

AFALTZEKO GOMENDIOAK

- | | | |
|--------------------------------------|---|---|
| Arroza, orekia, patata edo leikaleak | → | 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 |