



## Zaraobe Abendua 2024 Basal

### Astelehena

### Asteartea

### Asteazkena

### Osteguna

### Ostirala

**2** Kcal 892 Glú 122 Líp 24 Pro 45

- 1° Tailarinak tomatearekin
- 2° Makailu frijitua hiru urtaro entsaladarekin

Postrea Fruta Ogia

**3** Kcal 796 Glú 93 Líp 36 Pro 26

- 1° Barazki porea
- 2° Patata tortila kuitxo eta hiru urtaro entsaladarekin

Postrea Jogurta Integral ogia

**4** Kcal 916 Glú 96 Líp 40 Pro 48

- 1° Dilistak azenarioarekin
- 2° Izokin freskoa errea mahonesarekin

Postrea Fruta Ogia

**5** Kcal 885 Glú 139 Líp 20 Pro 45

- 1° Arroza barazkiekin
- 2° Txahal gisatua barazkiekin

Postrea Fruta Ogia

**9** Kcal 809 Glú 100 Líp 40 Pro 16

- 1° Lekak patatekin
- 2° San jakoboa hiru urtaro entsaladarekin

Postrea Fruta Ogia

**10** Kcal 797 Glú 104 Líp 25 Pro 42

- 1° Garbantzuak txorizoarekin
- 2° Legatz errea zainzuri saltsan

Postrea Fruta Integral ogia

**11** Kcal 874 Glú 133 Líp 23 Pro 38

- 1° Arroza tomatearekin
- 2° Albondigak barrengorriekin

Postrea Jogurta Ogia

**12** Kcal 862 Glú 112 Líp 32 Pro 36

- 1° Indaba zuriak azarekin
- 2° Patata tortila kuia eta hiru urtaro entsaladarekin

Postrea Fruta Ogia

**13** Kcal 758 Glú 83 Líp 31 Pro 37

- 1° Azenario krema
- 2° Txahal eskalopea tian barazkiekin

Postrea Fruta Ogia

**16** Kcal 926 Glú 122 Líp 29 Pro 43

- 1° Espagetiak tomate eta barazkiekin
- 2° Txahal hanburgesak begetal salteatuekin

Postrea Fruta Ogia

**17** Kcal 750 Glú 87 Líp 31 Pro 32

- 1° Barazki menestra
- 2° Legatz frijitua piperrekin

Postrea Jogurta Integral ogia

**18** Kcal 736 Glú 86 Líp 35 Pro 22

- 1° Euri zopa
- 2° Patata eta hegaluze tortila hiru urtaro entsaladarekin

Postrea Fruta Ogia

**19** Kcal 874 Glú 166 Líp 13 Pro 32

- 1° Dilistak porruekin
- 2° Arroza barazkiekin

Postrea Fruta Ogia

**20** Kcal 798 Glú 85 Líp 26 Pro 45

- 1° Patatak saltsa berdean
- 2° Oilasko izter errea hiru urtaro entsaladarekin

Postrea Fruta Ogia

### AFARI COMEDIOAK



Pasta/Arroza  
edo Lekaleak



Barazkiak



Arraina /  
Arrautza



Haragia /  
Arrautza



Haragia/Arraina



Esnekia



Fruta