


# sukalde giroan a z a r o a

## ASTELEHENA

2

 Makarroiak tomate eta gaztarekin

Legatz xerra labean


Fruta


Kcal: 763  
Hc: 103

Lip: 27  
Pr: 33

## ASTEARTEA

3

 Dilistak

 Arrautz gratinatuak

Fruta

Kcal: 800  
Hc: 94

Lip: 33  
Pr: 39

## ASTEAZKENA

4

Hegazti eltzeko zopa izarrekin

Txahal zangarra piperradarekin


Fruta

Kcal: 599  
Hc: 72

Lip: 15  
Pr: 47

## OSTEGUNA

5

 Barazki purea

Oilasko xerra ogi arrailetan pasatuta piper berdeekin

Aktimel naturala


Kcal: 734  
Hc: 79

Lip: 31  
Pr: 39

## OSTIRALA

6

Txitxiroiak

 Granaderoa ogi arrailetan pasatuta urazarekin

Fruta

Kcal: 886  
Hc: 110

Lip: 39  
Pr: 30

9

Hiru gutuziako arrosa

Errusiar Txahal xerra saltsan

Natural jogurta


Kcal: 911  
Hc: 122

Lip: 33  
Pr: 38

10

Babarrun nabarrak


Solomo ragouta piper gorriekin eta panadera patata


 Natural jogurta

Kcal: 853  
Hc: 96

Lip: 30  
Pr: 58

11

 Barazki purea

 Legatz freskoa labean

Fruta

Kcal: 583  
Hc: 71

Lip: 24  
Pr: 25

12

Arrain zopa

Oilasko izter errea eta barengorriak


Fruta

Kcal: 502  
Hc: 52

Lip: 22  
Pr: 27

13

Porrusalda


 Arrautz eta patata frijituak


Fruta

Kcal: 645  
Hc: 74

Lip: 33  
Pr: 17

16

 Azalorea patatekin


 Txerri saltxitxa freskoa eta patata purea

Jogurta

Kcal: 1038  
Hc: 71

Lip: 68  
Pr: 39

17

 Oilasko paella


Bakailoa labean


Fruta

Kcal: 751  
Hc: 96

Lip: 24  
Pr: 45

18

 Dilistak


 Patata tortilla eta uraza


Fruta


Kcal: 805  
Hc: 103

Lip: 331  
Pr: 35

19

 Barazki purea

 Makarroiak karbonara

 Etxeko natillak

Kcal: 1022  
Hc: 134

Lip: 44  
Pr: 30

20

Babarrun zuriak


Txahal xerra plantxan piper gorriekin

Fruta

Kcal: 725  
Hc: 86

Lip: 24  
Pr: 45

23

 Patatak errioxako erara


Legatz xerra erromatar erara


Fruta

Kcal: 809  
Hc: 89

Lip: 37  
Pr: 34

24

 Barazki purea

 Txahal gisatua patata karratuekin


Natural jogurta

Kcal: 717  
Hc: 74

Lip: 28  
Pr: 45

25

 Dilistak


 Kroketak urazarekin

Fruta


Kcal: 849  
Hc: 115

Lip: 34  
Pr: 28

26

 Arrosa tomatearekin

Granaderoa ogi arrailetan pasatuta limoiarekin

 Kakaoa esnearekin

Kcal: 997  
Hc: 143

Lip: 38  
Pr: 29

27

Udaberriko entsalada


Oilasko izter errea panadera patatekin

Fruta

Kcal: 648  
Hc: 90

Lip: 21  
Pr: 30

30

 Makarroiak barrigorri eta kalabazinarekin salteatuta  
Legatz xerra erromatar erara  
Fruta

Kcal: 829  
Hc: 114

Lip: 28  
Pr: 35

-  Urolapiko
-  Lehen plateren bultzada
-  Gorrotxategi arrautzak
-  Arrain freskoa
-  Ekologikoa
-  Urraki esnea
-  Patata euskal baserri