

Otros Colectivos

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

<p><b>02</b> Kcal 698 P. 48 Lip. 21 H.C. 81</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sopa de fideo con ave</li> <li>- Muslo de pollo asado con espinaca, patata y zanahoria</li> <li>● Fruta</li> <li>Pan</li> </ul>	<p><b>03</b> Kcal 883 P. 27 Lip. 25 H.C. 126</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Lentejas con arroz</li> <li>- Empanadillas de atún con lechuga</li> <li>- Yogurt natural azucarado</li> <li>Pan</li> </ul>	<p><b>04</b> Kcal 880 P. 36 Lip. 30 H.C. 116</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pasta de verduras salteada</li> <li>- Hamburguesa de ternera 100% con tomate y patatas</li> <li>● Fruta</li> <li>Pan</li> </ul>	<p><b>05</b> Kcal 800 P. 21 Lip. 32 H.C. 101</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Crema de calabacín</li> <li>- Tortilla de patata con ensalada liz</li> <li>- Yogurt sabores</li> <li>Pan</li> </ul>	<p><b>06</b> Kcal 898 P. 37 Lip. 33 H.C. 108</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Alubias blancas</li> <li>- Salmón con mahonesa</li> <li>● Fruta</li> <li>Pan</li> </ul>
<p><b>09</b> Kcal 895 P. 32 Lip. 23 H.C. 140</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroz con tomate</li> <li>● Bacalao romana con limón</li> <li>● Fruta</li> <li>Pan</li> </ul>	<p><b>10</b> Kcal 822 P. 52 Lip. 33 H.C. 77</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Vainas rehogadas</li> <li>- Carne guisada de ternera con verduras</li> <li>- Yogurt sabores</li> <li>Pan</li> </ul>	<p><b>11</b> Kcal 791 P. 40 Lip. 22 H.C. 105</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Garbanzos</li> <li>- Filete de merluza con piperrada</li> <li>● Fruta</li> <li>Pan</li> </ul>	<p><b>12</b> Kcal 923 P. 38 Lip. 37 H.C. 107</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tallarines salteados</li> <li>- Alitas de pollo con ensalada liz</li> <li>- Actimel</li> <li>Pan</li> </ul>	<p><b>13</b> Kcal 691 P. 25 Lip. 26 H.C. 87</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Porrusalda</li> <li>- Tortilla de champiñón</li> <li>● Fruta</li> <li>Pan</li> </ul>
<p><b>16</b> Kcal 614 P. 41 Lip. 11 H.C. 75</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Lentejas</li> <li>- Palometa al horno con tomate</li> <li>● Fruta</li> <li>Pan</li> </ul>	<p><b>17</b> Kcal 1041 P. 59 Lip. 29 H.C. 134</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroz a la marinera</li> <li>- Guisado de ternera en salsa de verduras</li> <li>- Yogurt sabores</li> <li>Pan</li> </ul>	<p><b>18</b> Kcal 828 P. 41 Lip. 37 H.C. 83</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sopa de estrellas con ave</li> <li>- Estofado de pollo con verduras</li> <li>● Fruta</li> <li>Pan</li> </ul>	<p><b>19</b> Kcal 883 P. 32 Lip. 27 H.C. 117</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Alubias rojas con verdura</li> <li>- Tortilla de patata con ensalada liz</li> <li>- Flan vainilla</li> <li>Pan</li> </ul>	<p><b>20</b> Kcal 717 P. 13 Lip. 28 H.C. 104</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Crema de calabaza y zanahoria</li> <li>- Hamburguesa vegetal con pimientos verdes</li> <li>● Fruta</li> <li>Pan</li> </ul>
<p><b>23</b> Kcal 687 P. 41 Lip. 19 H.C. 88</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Marmitako</li> <li>- Zancarrón con pimientos</li> <li>● Fruta</li> <li>Pan</li> </ul>	<p><b>24</b> Kcal 919 P. 43 Lip. 25 H.C. 126</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Macarrones blancos con tomate</li> <li>- Filete de abadejo romana con ensalada liz</li> <li>- Yogurt natural azucarado</li> <li>Pan</li> </ul>	<p><b>25</b> Kcal 753 P. 43 Lip. 36 H.C. 67</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Acelgas rehogadas</li> <li>- Estofado de pavo en salsa suave</li> <li>● Fruta</li> <li>Pan</li> </ul>	<p><b>26</b> Kcal 823 P. 45 Lip. 24 H.C. 102</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Garbanzos</li> <li>- Medallones de merluza en salsa verde</li> <li>- Yogurt sabores</li> <li>Pan</li> </ul>	<p><b>27</b> Kcal 689 P. 37 Lip. 22 H.C. 83</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Puré de verdura</li> <li>- Pechugas de pollo rebozadas con lechuga</li> <li>● Fruta</li> <li>Pan</li> </ul>
<p><b>30</b> Kcal 751 P. 58 Lip. 17 H.C. 80</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Lentejas</li> <li>- Muslo de pollo asado con patatas naturales</li> <li>● Fruta</li> <li>Pan</li> </ul>				

● 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)



Beste Kolektiboak

### ASTELEHENA

**02** Kcal 698 P. 48  
Lip. 21 H.C. 81

- Fideo zopa hegaztiarekin
- Oilasko iztar errea ziazerba, patata eta azenarioarekin
- **Fruta**
- Ogia

**09** Kcal 895 P. 32  
Lip. 23 H.C. 140

- Arroza tomatearekin
- **Bakailaoa erromatar erara limoiarekin**
- **Fruta**
- Ogia

**16** Kcal 614 P. 41  
Lip. 11 H.C. 75

- Dilistak
- Papardoa laban eginda tomatearekin
- **Fruta**
- Ogia

**23** Kcal 687 P. 41  
Lip. 19 H.C. 88

- **Marmitakoa**
- Zankarra piperrekin
- **Fruta**
- Ogia

**30** Kcal 751 P. 58  
Lip. 17 H.C. 80

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

### ASTEARTEA

**03** Kcal 883 P. 27  
Lip. 25 H.C. 126

- Dilistak arrozarekin
- Atun enpanadillak letxugarekin
- Azukredun jogurt naturala Ogia

**10** Kcal 822 P. 52  
Lip. 33 H.C. 77

- Leka sueztituak
- Txahal okela gisatua barazkiekin
- Zaporedun jogurta Ogia

**17** Kcal 1041 P. 59  
Lip. 29 H.C. 134

- Arroza marinel erara
- Txahal guisatua barazki saltsan
- Zaporedun jogurta Ogia

**24** Kcal 919 P. 43  
Lip. 25 H.C. 126

- Makarroi zuriak tomatearekin
- Abadira xerra erromatar erara liz entsaladarekin
- Azukredun jogurt naturala Ogia

### ASTEAZKENA

**04** Kcal 880 P. 36  
Lip. 30 H.C. 116

- Barazki oreki salteatua
- %100 txahal hamburgesa tomate eta patatekin
- **Fruta**
- Ogia

**11** Kcal 791 P. 40  
Lip. 22 H.C. 105

- Garbantzuak
- Legatz xerra piperradarekin
- **Fruta**
- Ogia

**18** Kcal 828 P. 41  
Lip. 37 H.C. 83

- Izar zopa hegaztiarekin
- Oilasko erregosia barazkiekin
- **Fruta**
- Ogia

**25** Kcal 753 P. 43  
Lip. 36 H.C. 67

- Zerba sueztituak
- Indiolar erregosia saltsa leunean
- **Fruta**
- Ogia

### OSTEGUNA

**05** Kcal 800 P. 21  
Lip. 32 H.C. 101

- **Kalabazin krema**
- Patata tortila liz entsaladarekin
- Zaporedun jogurta Ogia

**12** Kcal 923 P. 38  
Lip. 37 H.C. 107

- Tallarin salteatuak
- Oilasko hegotoxak liz entsaladarekin
- Actimel Ogia

**19** Kcal 883 P. 32  
Lip. 27 H.C. 117

- Indaba gorriak barazkiekin
- Patata tortila liz entsaladarekin
- Banilla budina Ogia

**26** Kcal 823 P. 45  
Lip. 24 H.C. 102

- Garbantzuak
- Legatz medailoiak saltsa berdean
- Zaporedun jogurta Ogia

### OSTIRALA

**06** Kcal 898 P. 37  
Lip. 33 H.C. 108

- Indaba zuriak
- Izokina maionesarekin
- **Fruta**
- Ogia

**13** Kcal 691 P. 25  
Lip. 26 H.C. 87

- **Porrusalda**
- Barregorri tortila
- **Fruta**
- Ogia

**20** Kcal 717 P. 13  
Lip. 28 H.C. 104

- **Kalabaza eta azenario krema**
- Barazki hamburgesa piper berdeekin
- **Fruta**
- Ogia

**27** Kcal 689 P. 37  
Lip. 22 H.C. 83

- **Barazki purea**
- Oilasko bularki arrautzatzatuak letxugarekin
- **Fruta**
- 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	Haragi edo haragia
Arrautza	Arraina edo haragia
Fruta	Esnekia edo fruta
Esnekia	Fruta

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

