

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

02

- Garbanzos
- Palometa al horno con tomate
- Yogurt natural
- Pan

03

- Arroz tres delicias
- Muslo de pollo asado con ensalada liz
- Yogurt natural
- Pan

04

- Espinacas rehogadas
- Tortilla de patata y calabacín con lechuga
- Yogurt natural
- Pan

05

- Sopa de estrellas con pollo y huevo
- Albóndigas de vacuno y cerdo a la jardinera
- Yogurt natural
- Pan

06

- Alubias blancas
- Filete de merluza a la provenzal con limón
- Yogurt natural
- Pan

09

- **Patatas a la marinera**
- Hamburguesa de ternera 100% en salsa jardinera
- Yogurt natural
- Pan

10

- Lentejas
- Tortilla de patata con lechuga
- Yogurt natural
- Pan

11

- Pasta de verduras salteada
- Falafel con salsa de tomate
- Yogurt natural
- Pan

12

- Menestra de verduras
- Bacalao con piperrada
- Yogurt natural
- Pan

13

- **Puré de verdura**
- Cerdo guisado a la riojana
- Yogurt natural
- Pan

16

- Arroz con tomate
- Filete de abadejo romana con ensalada liz
- Yogurt natural
- Pan

17

- Crema de guisantes
- Pechugas de pollo rebozadas con lechuga
- Yogurt natural
- Pan

18

- Garbanzos
- Salmón con mahonesa
- Yogurt natural
- Pan

19

- Sopa de verduras
- Filete de merluza con salsa de tomate
- Yogurt natural
- Pan

20

- Alubias rojas
- Guisado de ternera en salsa de verduras con setas
- Yogurt natural
- Pan

23

- Espaguetis napolitana
- Estofado de pollo en salsa rubia
- Yogurt natural
- Pan

24

- **Puré de acelgas y espinacas**
- Escalope de cerdo con ensalada liz
- Yogurt natural
- Pan

25

- Lentejas
- Medallones de merluza en salsa verde
- Yogurt natural
- Pan

26

- Vainas rehogadas
- Salchichas frankfurt con tomate y patatas chips
- Yogurt natural
- Pan

27

- Sopa de lluvia
- Tortilla de patata y pimientos con lechuga
- Yogurt natural
- Pan

30

- Arroz con salchichas y chorizo
- Filete de abadejo romana con lechuga
- Yogurt natural
- Pan

31

- **Crema de calabaza y zanahoria**
- Hamburguesa de vacuno y cerdo al horno con tomate y pimientos
- Yogurt natural
- 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



ASTELEHENA
ASTEARTEA
ASTEAZKENA
OSTEGUNA
OSTIRALA

02 – Garbantzuak – Papardoa laban eginda tomatearekin – Jogurt naturala Ogia	03 – Hiru gutziako arroza – Oilasko iztar errea liz entsaladarekin – Jogurt naturala Ogia	04 – Ziazerba sueztituak – Patata eta kalabazin tortila letxugarekin – Jogurt naturala Ogia	05 – Izar zopa oilasko eta arrautzarekin – Behiki eta txerri albondigak jardinera saltsan – Jogurt naturala Ogia	06 – Indaba zuriak – Legatz xerra proventzar erara limoiarekin – Jogurt naturala Ogia
09 ● Patatak marinel erara – %100 txahal hanburgesa jardinera saltsan – Jogurt naturala Ogia	10 – Dilistak – Patata tortila letxugarekin – Jogurt naturala Ogia	11 – Barazki oreki salteatua – Falafelak tomate saltsarekin – Jogurt naturala Ogia	12 – Barazki menestra – Bakailao piperradarekin – Jogurt naturala Ogia	13 ● Barazki porea – Txerri gisatua errioxar erara – Jogurt naturala Ogia
16 – Arroza tomatearekin – Abadira xerra erromatar erara liz entsaladarekin – Jogurt naturala Ogia	17 – Ilar krema – Oilasko bularki arrautzatzatuak letxugarekin – Jogurt naturala Ogia	18 – Garbantzuak – Izokina maionesarekin – Jogurt naturala Ogia	19	20 – Indaba gorriak – Txahal gisatua barazki eta ziza-saltsan – Jogurt naturala Ogia
23 – Espagetiak napolitar erara – Oilasko erregosia saltsa horixkan – Jogurt naturala Ogia	24 ● Zerba eta ziazerba porea – Txerri eskalopea liz entsaladarekin – Jogurt naturala Ogia	25 – Dilistak – Legatz medailoiak saltsa berdean – Jogurt naturala Ogia	26 – Leka sueztituak – Frankfurt saltxitxak tomate eta txip patatekin – Jogurt naturala Ogia	27 – Euri zopa – Patata eta piper tortila letxugarekin – Jogurt naturala Ogia
30 – Arroza saltxitxa eta txorizoarekin – Abadira xerra erromatar erara letxugarekin – Jogurt naturala Ogia	31 ● Kalabaza eta azenario krema – Behiki eta txerri hanburgesa laban eginda tomate eta piperrekin – Jogurt naturala 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	Haragia edo arrautza
Arrautza	Arraina edo haragia
Fruta	Esnekia edo fruta
Esnekia	Fruta

