



Maestria Emilia Zuza (Primaria)

Martxo 2023

Txerririk gabeko menua

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Astelehena

Asteartea

Asteazkena

Osteguna

Ostirala

5 Kcal 788 Glú 96 Líp 21 Pro 56
1° Dilistak azenarioarekin
2° Oilasko bularki birrineztatua arto entsaladarekin
Postrea Fruta Ogia

6 Kcal 788 Glú 96 Líp 21 Pro 56
1° Dilistak azenarioarekin
2° Oilasko bularki birrineztatua arto entsaladarekin
Postrea Fruta Ogia

13 Kcal 826 Glú 95 Líp 39 Pro 20
1° Lekak patatekin
2° Hegaluze enpanadilak hiru urtaro entsaladarekin

20 Kcal 815 Glú 113 Líp 26 Pro 35
1° Makarroiak Boloinesar erara
2° Legatz frijitua arto entsaladarekin
Postrea Fruta Ogia

27 Kcal 789 Glú 84 Líp 33 Pro 41
1° *Ilarrak
2° Hanburgesak tian barazkiekin
Postrea Fruta Ogia

7 Kcal 787 Glú 84 Líp 40 Pro 26
1° Kuia krema
2° *Oilasko saltxitxa erreak ketxuparekin
Postrea Jogurta Ogia

7 Kcal 787 Glú 84 Líp 40 Pro 26
1° Kuia krema
2° *Oilasko saltxitxa erreak ketxuparekin
Postrea Jogurta Ogia

14 Kcal 824 Glú 128 Líp 33 Pro 27
1° *Arroza barazkiekin
2° *Txahal albondigak tomatearekin
Postrea Fruta Ogia

21 Kcal 726 Glú 79 Líp 22 Pro 55
1° Barazki menestra
2° *Oilasko izter errea piperrekin
Postrea Fruta Ogia

28 Kcal 810 Glú 97 Líp 24 Pro 48
1° Garbantzua arrozarekin
2° Legatz errea saltsa berdean
Postrea Jogurta Ogia

1 Kcal 878 Glú 89 Líp 35 Pro 45
1° Kuitxo krema
2° Oilasko izter errea txips patatekin
Postrea Fruta Ogia

8 Kcal 901 Glú 133 Líp 24 Pro 41
1° Arroza barazki eta barrengorriekin
2° Txahal gisatua barazkiekin
Postrea Fruta Ogia

15 Kcal 914 Glú 88 Líp 40 Pro 45
1° Garbantzua barazkiekin
2° Amurra fresko errea mahonesarekin
Postrea Fruta Ogia

22 Kcal 865 Glú 108 Líp 26 Pro 55
1° *Indaba gorriak
2° Papardoa tomatearekin
Postrea Jogurta Ogia

29 Kcal 904 Glú 121 Líp 26 Pro 43
1° Tailarinak tomatearekin
2° Txahal eskalopea begetal salteatuekin
Postrea Fruta Ogia

2 Kcal 744 Glú 83 Líp 34 Pro 35
1° Fideo zopa
2° Txahal hanburgesak tian barazkiekin
Postrea Fruta Ogia

9 Kcal 862 Glú 112 Líp 32 Pro 36
1° Indaba zuriak kuiarekin
2° Patata tortila uhazarekin
Postrea Fruta Ogia

16 Kcal 793 Glú 87 Líp 33 Pro 39
1° Porrusaltsa krema
2° Txahal eskalopea azenario eta ilarrekin
Postrea Fruta Ogia

23 Kcal 916 Glú 132 Líp 25 Pro 45
1° *Paela
2° Txahal gisatua barrengorriekin
Postrea Fruta Ogia

30 Kcal 807 Glú 108 Líp 34 Pro 23
1° Marmitakoa
2° *Makailu krocketak uhazarekin
Postrea Fruta Ogia

3 Kcal 782 Glú 107 Líp 23 Pro 46
1° *Indaba gorriak
2° Makailu errea pistoarekin
Postrea Jogurta Ogia

10 Kcal 700 Glú 90 Líp 20 Pro 35
1° Ortuko patatak
2° Legatz frijitua piperrekin
Postrea Fruta Ogia

17 Kcal 739 Glú 86 Líp 34 Pro 23
1° Euri zopa
2° Patata tortila uhazarekin
Postrea Fruta Ogia

24 Kcal 688 Glú 78 Líp 23 Pro 42
1° Azenario krema
2° Oilasko bularki birrineztatua uhazarekin
Postrea Fruta Ogia

31 Kcal 893 Glú 112 Líp 34 Pro 41
1° Dilistak azenarioarekin
2° Patata tortila entsaladarekin
Postrea Jogurta Ogia

AFARI COMEDIOAK

