



Zaraobe Martxo 2020 Basal

Tamar

RESTAURACIÓN & CATERING

Astelehena

Asteartea

Asteazkena

Osteguna

Ostirala

2 Kcal 863 Glú 105 Líp 33 Pro 22

- 1° Espagetiak tomate eta arrautzarekin
- 2° Urdaiazpiko kroketak uhazarekin

Postrea Fruta Ogia

3 Kcal 786 Glú 115 Líp 33 Pro 54

- 1° Garbantzua txorizoarekin
- 2° Makailu frijitua pistoarekin

Postrea Jogurta Ogia

4 Kcal 708 Glú 81 Líp 20 Pro 54

- 1° Ziazerba krema
- 2° Txerri solomo adobatua barrengorriekin

Postrea Fruta Ogia

5 Kcal 894 Glú 102 Líp 33 Pro 51

- 1° Indaba zuriak barazkiekin
- 2° Txahal hanburgesak entsaladarekin

Postrea Jogurta Ogia

6 Kcal 806 Glú 82 Líp 28 Pro 44

- 1° Fideo zopa
- 2° Oilasko izter errea txips patatekin

Postrea Fruta Ogia

9 Kcal 805 Glú 103 Líp 25 Pro 46

- 1° Dilistak azenarioarekin
- 2° Legatz frijitua entsaladarekin

Postrea Fruta Ogia

10 Kcal 836 Glú 91 Líp 43 Pro 25

- 1° Kui krema
- 2° Saltxitxa erreka ketxuparekin

Postrea Natilak Ogia

11 Kcal 885 Glú 140 Líp 19 Pro 45

- 1° Arroza barazkiekin
- 2° Txahal gisatua barazkiekin

Postrea Fruta Ogia

12 Kcal 859 Glú 103 Líp 31 Pro 36

- 1° Garbantzua ziazerbekin
- 2° Patata tortila arto entsaladarekin

Postrea Fruta Ogia

13 Kcal 805 Glú 96 Líp 26 Pro 47

- 1° Patatak errioxar erara
- 2° Oilasko bularki birrneztatua kuitxo eta azenarioarekin

Postrea Jogurta Ogia

16 Kcal 793 Glú 102 Líp 37 Pro 17

- 1° Lekak patatekin
- 2° Hegaluze enpanadilak uhazarekin

Postrea Fruta Ogia

17 Kcal 843 Glú 129 Líp 20 Pro 43

- 1° Hiru gutuziako arroza
- 2° Albondigak tomatearekin

Postrea Edateko jogurta Ogia

18 Kcal 774 Glú 87 Líp 32 Pro 37

- 1° Kuitxo krema
- 2° Txahal eskalopea baratzeko barazkiekin

Postrea Fruta Ogia

20 Kcal 776 Glú 114 Líp 7 Pro 45

- 1° Dilistak barazkiekin
- 2° Amuarrain fresko errea arto entsaladarekin

Postrea Fruta Ogia

23 Kcal 868 Glú 121 Líp 22 Pro 45

- 1° Makarroiak tomatearekin
- 2° Makailu fritjua entsaladarekin

Postrea Jogurta Ogia

24 Kcal 757 Glú 92 Líp 34 Pro 23

- 1° Azenario krema
- 2° Patata tortila uhazarekin

Postrea Fruta Ogia

25 Kcal 865 Glú 108 Líp 26 Pro 55

- 1° Indaba gorriak txorizoarekin
- 2° Papardoa tomatearekin

Postrea Fruta Ogia

26 Kcal 933 Glú 139 Líp 22 Pro 52

- 1° Arroza oilaskoarekin
- 2° Txahal gisatua piperrekin

Postrea Jogurta Ogia

27 Kcal 763 Glú 82 Líp 32 Pro 37

- 1° Barazki menestra
- 2° Hanburgesak barrengorriekin

Postrea Fruta Ogia

30 Kcal 820 Glú 106 Líp 17 Pro 65

- 1° Dilistak arrozarekin
- 2° Txerri solomo adobatua piperrekin

Postrea Fruta Ogia

31 Kcal 739 Glú 78 Líp 35 Pro 30

- 1° Euri zopa
- 2° Legatz frijitua mahonesarekin

Postrea Jogurta Ogia

AFARI COMEDIOAK



Pasta/Arroza
edo Lekaleak



Barazkiak



Arraina /
Arrautza



Haragia /
Arrautza



Haragia/Arraina



Esnekia



Fruta