



Azkorri Ikastetxea

Noviembre 2022

Menú Celíaco

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1

FIESTA

2

Kcal 803 Glú 119 Líp 28 Pro 23

1° Ensalada campera
2° Macarrones s.g con queso y huevo cocido/Coliflor
Postre Fruta Pan

3

Kcal 831 Glú 77 Líp 32 Pro 50

1° Crema de calabaza/Acelgas
2° Muslo de pollo con champiñones
Postre Yogur Pan

4

Kcal 754 Glú 99 Líp 21 Pro 46

1° Alubias rojas con verduras/Porrusalda
2° Morcilla/Lomo fresco de cerdo
Postre Fruta Pan

7

Kcal 754 Glú 97 Líp 22 Pro 46

1° Crema de calabacín/Vainas
2° Guisado de ternera con patata panadera
Postre Fruta Pan

8

Kcal 823 Glú 98 Líp 39 Pro 24

1° Ensalada de garbanzos/Borraja
2° Pechuga de pollo plancha con ensalada
Postre Yogur Pan

9

Kcal 879 Glú 126 Líp 20 Pro 47

1° Macarrones s.g con tomate/Macarrones s.g al ajillo
2° Atún a la riojana
Postre Fruta Pan

10

Kcal 660 Glú 79 Líp 23 Pro 37

1° Menestra con jamón/Crema de puerros
2° Lomo asado con escalivada
Postre Fruta/Yogur natural Pan

11

Kcal 828 Glú 127 Líp 24 Pro 32

1° Arroz tres delicias/Guisantes con jamón
2° Merluza rebozada harina de maíz con pimientos rojos
Postre Fruta Pan

14

Kcal 907 Glú 87 Líp 37 Pro 49

1° Guisantes con jamón/Porrusalda
2° Pollo asado con patatas
Postre Fruta Pan

15

Kcal 759 Glú 133 Líp 16 Pro 26

1° Crema de espinacas/Ensalada mixta
2° Espaguettis s.g a la boloñesa/Espaguettis al ajillo
Postre Fruta/Yogur natural Pan

16

Kcal 685 Glú 86 Líp 29 Pro 22

1° Arroz integral con verduras/Coles
2° Huevos rellenos de atún
Postre Fruta Pan

17

Kcal 843 Glú 107 Líp 25 Pro 52

1° Alubias blancas con verduras/Acelgas
2° Zapatero con tomate
Postre Yogur Pan

18

Kcal 714 Glú 88 Líp 25 Pro 38

1° Vainas con patatas/Crema de guisante
2° Albóndigas caseras sin gluten salsa de zanahoria
Postre Fruta Pan

21

Kcal 782 Glú 82 Líp 34 Pro 40

1° Crema de acelgas/Ensalada mixta
2° Hamburguesas sin gluten con champiñones
Postre Fruta Pan

22

Kcal 827 Glú 104 Líp 29 Pro 45

1° Alubias con verduras/Crema de verduras
2° Merluza rebozada harina de maíz con ensalada
Postre Yogur Pan

23

Kcal 810 Glú 144 Líp 17 Pro 26

1° Menestra de verduras/Crema zanahoria
2° Paella de carne
Postre Fruta Pan

24

Kcal 792 Glú 123 Líp 8 Pro 38

1° Espaguettis s.g carbonara/Espaguettis al ajillo
2° Salmón al horno con verduras
Postre Fruta/Yogur natural Pan

25

Kcal 880 Glú 117 Líp 24 Pro 56

1° Garbanzos con espinacas/Menestra
2° Zancarron con tomate
Postre Fruta Pan

28

Kcal 767 Glú 92 Líp 34 Pro 27

1° Crema de verduras/Brócoli
2° Tortilla de patata con ensalada de tomate
Postre Fruta Pan

29

Kcal 795 Glú 104 Líp 25 Pro 43

1° Alubias blancas con chorizo/Espinacas
2° Merluza al horno con pimientos
Postre Fruta Pan

30

Kcal 899 Glú 120 Líp 24 Pro 56

MENÚ GRIEGO



1°-2° Fasolada/Mousaka
Postre Helado Pan



Azkarri Ikastetxea

2022ko Azaroa

Zeliako menua



Astelehena

Asteartea

Asteazkena

Osteguna

Ostirala

1

JAIA

2

Kcal 803 Glú 119 Líp 28 Pro 23

- 1° Kanpera entsalada
- 2° Makarroiak g.g gazta eta arrautz egosiarekin/Azalore

Postrea Fruta Ogia

3

Kcal 831 Glú 77 Líp 32 Pro 50

- 1° Kuia krema/Zerbak
- 2° Oilasko izter errea barrengorriekin

Postrea Jogurta Ogia

4

Kcal 754 Glú 99 Líp 21 Pro 46

- 1° Indaba gorriak barazkiekin/Porrusaltsa
- 2° Odoloste/Txerri solomo freskoa

Postrea Fruta Ogia

7

Kcal 754 Glú 97 Líp 22 Pro 46

- 1° Kuitxo krema/Lekak
- 2° Txahal gisatua patatarekin

Postrea Fruta Ogia

8

Kcal 823 Glú 98 Líp 39 Pro 24

- 1° Garbantzu entsalada/Borraja
- 2° Oilasko bularkia plantxan entsaladarekin

Postrea Jogurta Ogia

9

Kcal 879 Glú 126 Líp 20 Pro 47

- 1° Makarroiak g.g tomatearekin/Makarroiak baratxuri
- 2° Hegaluzea errioxar erara

Postrea Fruta Ogia

10

Kcal 660 Glú 79 Líp 23 Pro 37

- 1° Menestra urdaiarekin/Porru krema
- 2° Solomo errea barazkiekin

Postrea Fruta/Jogur Naturala Ogia

11

Kcal 828 Glú 127 Líp 24 Pro 32

- 1° Hiru gutuziako arroza/Ilarrak urdaiarekin
- 2° Arto irinaz frijitutako legatza piper gorriekin

Postrea Fruta Ogia

14

Kcal 907 Glú 87 Líp 37 Pro 49

- 1° Ilarrak urdaiarekin/Porrusaltsa
- 2° Oilasko errea patatekin

Postrea Fruta Ogia

15

Kcal 759 Glú 133 Líp 16 Pro 26

- 1° Zizerba krema/Mixta entsalada
- 2° G. g Espagetiak boloinesar erara/Espagetiak baratxuri

Postrea Fruta/Jogur Naturala Ogia

16

Kcal 685 Glú 86 Líp 29 Pro 22

- 1° Arroz integrala barazkiekin/Bruselazak
- 2° Arrautzak hegaluzez beteta

Postrea Fruta Ogia

17

Kcal 843 Glú 107 Líp 25 Pro 52

- 1° Indaba zuriak barazkiekin/Zerbak
- 2° Aingirazorria tomatearekin

Postrea Jogurta Ogia

18

Kcal 714 Glú 88 Líp 25 Pro 38

- 1° Lekak patatarekin/Ilar krema
- 2° Gluten gabeko albondigak azenario saltsan

Postrea Fruta Ogia

21

Kcal 782 Glú 82 Líp 34 Pro 40

- 1° Zerba krema/Mixta entsalada
- 2° Gluten gabeko hanburgesak barrengorriekin

Postrea Fruta Ogia

22

Kcal 827 Glú 104 Líp 29 Pro 45

- 1° Indabak barazkiekin/Barazki krema
- 2° Legatz frijitua entsaladarekin

Postrea Jogurta Ogia

23

Kcal 810 Glú 144 Líp 17 Pro 26

- 1° Barazki menestra/Azenario krema
- 2° Haragi paela

Postrea Fruta Ogia

24

Kcal 792 Glú 123 Líp 8 Pro 38

- 1° G.g Espagetiak karbonara erara/Espagetiak baratxuriarekin
- 2° Izokin errea barazkiekin

Postrea Fruta/Jogur Naturala Ogia

25

Kcal 880 Glú 117 Líp 24 Pro 56

- 1° Garbantzuak ziazerbekin/Menestra
- 2° Hezurra tomatearekin

Postrea Fruta Ogia

28

Kcal 767 Glú 92 Líp 34 Pro 27

- 1° Barazki krema/Brokoli
- 2° Patata tortila tomate entsaladarekin

Postrea Fruta Ogia

29

Kcal 795 Glú 104 Líp 25 Pro 43

- 1° Indaba zuriak txorizoarekin/Ziazerba
- 2° Legatz errea piperrekin

Postrea Fruta Ogia

30

Kcal 899 Glú 120 Líp 24 Pro 56

MENÚ GRIEGO



1º-2º Fasolada/Mousaka

Postrea Izozkia Ogia

Tamar

RESTAURACIÓN & CATERING