



Lunes

Martes

Azkorri Ikastetxea

Febrero 2023

Menú No Huevo

Tamar

RESTAURACIÓN & CATERING

Miércoles

Jueves

Viernes

6 Kcal 893 Glú 96 Líp 28 Pro 58

1° Lentejas con zanahoria/Brócoli

2° Muslo de pollo asado con ensalada

Postre Fruta Pan integral

7 Kcal 865 Glú 108 Líp 26 Pro 55

1° Pasta sin gluten con champiñones/Pasta s.g al ajillo

2° Atún riojana

Postre Fruta Pan integral

1 Kcal 794 Glú 100 Líp 28 Pro 40

1° Crema de calabaza/Porrusalda

2° Guisado de pavo con arroz blanco

Postre Fruta Pan integral

2 Kcal 862 Glú 112 Líp 32 Pro 36

1° Alubias rojas con verduras

2° Pechuga de pollo plancha con lechuga

Postre Fruta Pan integral

3 Kcal 727 Glú 107 Líp 19 Pro 36

1° Espaguettis s. gluten carbonara/Espaguettis al ajillo

2° Merluza al horno con verdura

Postre Yogur Pan integral

6 Kcal 893 Glú 96 Líp 28 Pro 58

1° Lentejas con zanahoria/Brócoli

2° Muslo de pollo asado con ensalada

Postre Fruta Pan integral

7 Kcal 865 Glú 108 Líp 26 Pro 55

1° Pasta sin gluten con champiñones/Pasta s.g al ajillo

2° Atún riojana

Postre Fruta Pan integral

8 Kcal 701 Glú 89 Líp 25 Pro 35

1° Vainas con refrito/Espinacas

2° Albóndigas de ternera sin huevo con champiñones

Postre Fruta Pan integral

9 Kcal 673 Glú 106 Líp 16 Pro 30

1° Alubias blancas con chorizo/Ensalada

2° Merluza al horno con verduras

Postre Fruta Pan integral

10 Kcal 822 Glú 146 Líp 17 Pro 28

1° Crema de espinacas/Borraja

2° Paella

Postre Yogur Pan integral

13 Kcal 728 Glú 90 Líp 23 Pro 44

1° Patatas a la riojana/Coliflor

2° Pechuga a la plancha con champiñones

Postre Fruta Pan integral

14 Kcal 673 Glú 97 Líp 16 Pro 38

1° Alubias rojas con acelgas/Berza

2° Merluza al horno

Postre Fruta Pan integral

15 Kcal 755 Glú 83 Líp 31 Pro 39

1° Sopa de verduras y pollo/Porrusalda

2° Chuleta de cerdo con pimientos

Postre Fruta Pan integral

16 Kcal 769 Glú 113 Líp 7 Pro 44

1° Lentejas con verduras/Menestra

2° Salmón al horno con verduras

Postre Fruta Pan integral

17 Kcal 805 Glú 74 Líp 42 Pro 36

MENU CARNAVAL:

1°-2° Crema de calabacín/Hamburguesa casera sin huevo con patatas fritas

Postre Yogur Pan integral

20

FIESTA

21

FIESTA

22 Kcal 851 Glú 108 Líp 24 Pro 54

1° Lentejas con verduras/Ensalada

2° Palometa con tomate

Postre Fruta Pan integral

23 Kcal 773 Glú 123 Líp 15 Pro 42

1° Pasta s. gluten con tomate/Pasta s.gluten al ajillo

2° Guisado de pavo a la jardinera

Postre Fruta Pan integral

24 Kcal 864 Glú 128 Líp 27 Pro 33

1° Arroz integral con verduras/Acelgas

2° Merluza al horno con ensalada

Postre Yogur Pan integral


27 Kcal 769 Glú 98 Líp 35 Pro 19

1° Crema de calabaza/Coles

2° Pechuga de pollo plancha con lechuga

Postre Fruta Pan integral

28 Kcal 887 Glú 99 Líp 27 Pro 68

MENÚ TURCO: 

1°-2° Alubias blancas con carne y verduras/Pollo al estilo turco

Postre P. especial Pan integral





Azkorri Ikastetxea

2023ko Otsaila

Arrautzarik gabeko menua



Astelehena

Asteartea

Asteazkena

Osteguna

Ostirala

5 Kcal 893 Glú 96 Líp 28 Pro 58
1° Dilistak azenarioarekin/Brokoli
2° Oilasko izter errea entsaladarekin
Postrea Fruta Ogi integrala

6 Kcal 865 Glú 108 Líp 26 Pro 55
1° G. gabeko pasta barregorriekin/G. gabeko pasta baratxuriarekin
2° Hegaluzea errioxar erar
Postrea Fruta Ogi integrala

1 Kcal 794 Glú 100 Líp 28 Pro 40
1° Kuia krema/Porrusaltsa
2° Indioilar gisatua arroza zuriarekin
Postrea Fruta Ogi integrala

2 Kcal 862 Glú 112 Líp 32 Pro 36
1° Indaba gorriak barazkiekin
2° Oilasko bularkia plantxan uhazarekin
Postrea Fruta Ogi integrala

3 Kcal 727 Glú 107 Líp 19 Pro 36
1° G. g espagetiak karbonara/Espagetiak
2° Legatz errea barazkiekin
Postrea Jogurta Ogi integrala

6 Kcal 893 Glú 96 Líp 28 Pro 58
1° Dilistak azenarioarekin/Brokoli
2° Oilasko izter errea entsaladarekin
Postrea Fruta Ogi integrala

7 Kcal 865 Glú 108 Líp 26 Pro 55
1° G. gabeko pasta barregorriekin/G. gabeko pasta baratxuriarekin
2° Hegaluzea errioxar erar
Postrea Fruta Ogi integrala

8 Kcal 701 Glú 89 Líp 25 Pro 35
1° Lekak/Ziazerba
2° Arrautzarik gabeko txahal albondigak barregorriekin
Postrea Fruta Ogi integrala

9 Kcal 673 Glú 106 Líp 16 Pro 30
1° Indaba zuriak txorizoarekin/Entsalada
2° Legatz errea barazkiekin
Postrea Fruta Ogi integrala

10 Kcal 822 Glú 146 Líp 17 Pro 28
1° Ziazerba krema/Borraja
2° Paela
Postrea Jogurta Ogi integrala

13 Kcal 728 Glú 90 Líp 23 Pro 44
1° Patatak errioxar erara/Azalore
2° Oilasko bularkia barregorriekin
Postrea Fruta Ogi integrala

14 Kcal 673 Glú 97 Líp 16 Pro 38
1° Indaba gorriak barazkiekin/Aza
2° Legatz errea
Postrea Fruta Ogi integrala

15 Kcal 755 Glú 83 Líp 31 Pro 39
1° Barazki eta oilasko zopa/Porrusaltsa
2° Txerri txuleta piperrekin
Postrea Fruta Ogi integrala

16 Kcal 769 Glú 113 Líp 7 Pro 44
1° Dilistak barazkiekin/Menestra
2° Izokin errea barazkiekin
Postrea Fruta Ogi integrala

17 Kcal 805 Glú 74 Líp 42 Pro 36
INHAUTERIKO MENUA:
1°-2° Kuitxo krema/Etxeko hanburgesa patata frijituekin
Postrea Jogurta Ogi integrala

20 JAIA


21 JAIA

22 Kcal 851 Glú 108 Líp 24 Pro 54
1° Dilistak barazkiekin/Entsalada
2° Papardoa tomatearekin
Postrea Fruta Ogi integrala

23 Kcal 773 Glú 123 Líp 15 Pro 42
1° G. g pasta tomatearekin/G. gabeko pasta baratxuriarekin
2° Indioilar gisatua barazkiekin
Postrea Fruta Ogi integrala

24 Kcal 864 Glú 128 Líp 27 Pro 33
1° Arroza integrala barazkiekin/Zerbak
2° Legatz errea entsaladarekin
Postrea Jogurta Ogi integrala

27 Kcal 769 Glú 98 Líp 35 Pro 19
1° Kuia krema/Bruselazak
2° Oilasko bularkia plantxan uhazarekin
Postrea Fruta Ogi integrala

28 Kcal 887 Glú 99 Líp 27 Pro 68
MENÚ TURCO: 
1°-2° Indaba zuriak barazki eta oilasoarekin/Oilasko
Postrea P. berezia Ogi integrala

29 Kcal 851 Glú 108 Líp 24 Pro 54
1° Dilistak barazkiekin/Entsalada
2° Papardoa tomatearekin
Postrea Fruta Ogi integrala

30 Kcal 773 Glú 123 Líp 15 Pro 42
1° G. g pasta tomatearekin/G. gabeko pasta baratxuriarekin
2° Indioilar gisatua barazkiekin
Postrea Fruta Ogi integrala

31 Kcal 864 Glú 128 Líp 27 Pro 33
1° Arroza integrala barazkiekin/Zerbak
2° Legatz errea entsaladarekin
Postrea Jogurta Ogi integrala



Tamar

RESTAURACIÓN & CATERING