



Azkorri Ikastetxea

Septiembre 2023

Menú No leche



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

11 Kcal 701 Glú 82 Líp 24 Pro 43
1° Crema de calabacín/Borraja
2° Pechuga de pollo a la plancha con champiñones
Postre Fruta **Pan integral**
Cena Pasta, pescado, Postre soja

12 Kcal 853 Glú 109 Líp 25 Pro 53
1° Alubias rojas con acelgas/Coliflor
2° Palometa con tomate
Postre Fruta **Pan integral**
Cena Patatas, huevo, Postre soja

13 Kcal 684 Glú 63 Líp 31 Pro 39
1° Ensalada mixta/Crema de calabaza
2° Redondo en salsa
Postre Fruta **Pan integral**
Cena Arroz, pescado, Postre soja

14 Kcal 828 Glú 114 Líp 28 Pro 36
1° Macarrones con verduras/Macarrones al ajillo
2° Merluza rebozada con lechuga
Postre Yogur de soja **Pan integral**
Cena Verdura, carne, fruta

8 Kcal 996 Glú 124 Líp 43 Pro 25
1° Ensalada de pasta/Crema de puerros
2° Pizza
Postre Helado sin leche **Pan integral**
Cena Verdura, pescado, fruta

15 Kcal 824 Glú 133 Líp 20 Pro 36
1° Arroz integral con verduras/Porrusalda
2° Albóndigas de ternera con pimientos
Postre Fruta **Pan integral**
Cena Puré, pescado, Postre soja

18 Kcal 747 Glú 112 Líp 18 Pro 40
1° Macarrones al ajillo
2° Bacalao con tomate
Postre Fruta **Pan integral**
Cena Verdura, carne, Postre soja

19 Kcal 833 Glú 131 Líp 26 Pro 25
1° Ensalada campera/Puré de verduras
2° Paella
Postre Fruta **Pan integral**
Cena Patatas, pescado, Postre soja

20 Kcal 909 Glú 106 Líp 33 Pro 52
1° Alubias blancas con berza/Espinacas
2° Hamburguesas de ternera con verduras
Postre Yogur de soja **Pan integral**
Cena Sopa, pescado, fruta

21 Kcal 767 Glú 92 Líp 34 Pro 27
1° Crema de calabacín
2° Tortilla de patata con lechuga
Postre Fruta **Pan integral**
Cena Pasta, carne, Postre soja

22 Kcal 704 Glú 97 Líp 20 Pro 38
1° Garbanzos con acelgas
2° Merluza en salsa verde
Postre Fruta **Pan integral**
Cena Patatas, huevo, Postre soja

25 Kcal 761 Glú 120 Líp 13 Pro 47
1° Lentejas con arroz/Alcachofas
2° Guisado de pavo con verduras
Postre Fruta **Pan integral**
Cena Puré, pescado, Postre soja

26 Kcal 782 Glú 123 Líp 8 Pro 36
1° Espaguetis al ajillo
2° Salmón al horno
Postre Fruta **Pan integral**
Cena Patatas, huevo, Postre soja

27 Kcal 775 Glú 91 Líp 36 Pro 24
1° Vainas al ajillo/Crema de puerros
2° Huevos rellenos de bonito
Postre Fruta **Pan integral**
Cena Arroz, carne, Postre soja

28 Kcal 829 Glú 107 Líp 36 Pro 23
1° Patatas a la riojana
2° Ternera asada con ensalada
Postre Yogur de soja **Pan integral**
Cena Verdura, pescado, fruta

29 Kcal 999 Glú 120 Líp 35 Pro 50
MENU CHINO: 
1° -2° Arroz con verduras/Pollo a la naranja
Postre Helado sin leche **Pan integral**
Cena Puré, pescado, fruta





Azkorri Ikastetxea

2023ko Iraila

Esnerik Gabeko menua



Astelehena

Asteartea

Asteazkena

Osteguna

Ostirala

11 Kcal 701 Glú 82 Líp 24 Pro 43
 1° Kuitxo krema/Borraja
 2° Oilasko bularkia barrengorriekin
 Postrea Fruta Ogi integrala
 Afaria Pasta, arraina, Sojazko Jogurta

12 Kcal 853 Glú 109 Líp 25 Pro 53
 1° Indaba gorriak zerbekin/Azalore
 2° Papardoa tomatearekin
 Postrea Fruta Ogi integrala
 Afaria Patatak, arrautza, Sojazko Jogurta

13 Kcal 684 Glú 63 Líp 31 Pro 39
 1° Mixta entsalada/Kuia krema
 2° Biribil saltsan
 Postrea Fruta Ogi integrala
 Afaria Arroz, arraina, Sojazko Jogurta

14 Kcal 828 Glú 114 Líp 28 Pro 36
 1° Magnoliak barazkiekin/Magnoliak baratxuri erara
 2° Legatz frijitua uhazarekin
 Postrea Sojazko Jogurta Ogi integrala
 Afaria Barazkia, haragia, fruta

8 Kcal 996 Glú 124 Líp 43 Pro 25
 1° Pasta entsalada/Porru krema
 2° Pizza
 Postrea Esnerik gab. Izoikia Ogi integrala
 Afaria Barazkia, arraina, fruta

18 Kcal 747 Glú 112 Líp 18 Pro 40
 1° Macarroiak urdaiarekin/baratxuri erara
 2° Makailua tomatearekin
 Postrea Fruta Ogi integrala
 Afaria Barazkia, haragia, Sojazko Jogurta

19 Kcal 833 Glú 131 Líp 26 Pro 25
 1° Kanpera entsalada/Barazki purea
 2° Paela
 Postrea Fruta Ogi integrala
 Afaria Patatak, arraina, Sojazko Jogurta

20 Kcal 909 Glú 106 Líp 33 Pro 52
 1° Indaba zuriak zerbekin/Ziazerba
 2° Txahal hanburgesak barazkiekin
 Postrea Sojazko Jogurta Ogi integrala
 Afaria Zopa, arraina, fruta

21 Kcal 767 Glú 92 Líp 34 Pro 27
 1° Kuitxo krema
 2° Patata tortila uhazarekin
 Postrea Fruta Ogi integrala
 Afaria Pasta, haragia, Sojazko Jogurta

22 Kcal 704 Glú 97 Líp 20 Pro 38
 1° Garbantzuak zerbekin
 2° Legatza saltsa berdean
 Postrea Fruta Ogi integrala
 Afaria Patatak, arrautza, Sojazko Jogurta

25 Kcal 761 Glú 120 Líp 13 Pro 47
 1° Dilistak arrozarekin/Orburuak
 2° Indioilar gisatua barazkiekin
 Postrea Fruta Ogi integrala
 Afaria Purea, arraina, Sojazko Jogurta

26 Kcal 782 Glú 123 Líp 8 Pro 36
 1° Espagetiak baratxuriarekin
 2° Izokin errea
 Postrea Fruta Ogi integrala
 Afaria Patatak, arrautza, Sojazko Jogurta

27 Kcal 775 Glú 91 Líp 36 Pro 24
 1° Lekak baratxuriarekin/Porru krema
 2° Arrautzak hegaluzez beteta
 Postrea Fruta Ogi integrala
 Afaria Arroz, haragia, Sojazko Jogurta

28 Kcal 829 Glú 107 Líp 36 Pro 23
 1° Patatak errioxar erara
 2° Txahal errea entsaladarekin
 Postrea Sojazko Jogurta Ogi integrala
 Afaria Barazkia, arraina, fruta

29 Kcal 999 Glú 120 Líp 35 Pro 50
CHINATAR MENUA:
 1° -2° Arroza barazkiekin/Oilaskoa laranja
 Postrea Esnerik gab. Izoikia Ogi integrala
 Afaria Purea, arraina, fruta

