



Azkorri Ikastetxea

Diciembre 2023

Menú No huevo



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

				<p>1 Kcal 685 Glú 96 Líp 17 Pro 40</p> <p>1° Puré de garbanzos/ porrusalda</p> <p>2° Pechuga de pollo con ensalada</p> <p>Postre Fruta Pan integral</p> <p>Cena Verdura, pescado, lácteo</p>
<p>4 Kcal 808 Glú 106 Líp 23 Pro 50</p> <p>1° Macarrones sin gluten con tomate y jamón/ al ajillo</p> <p>2° Merluza al horno en salsa verde</p> <p>Postre Fruta Pan integral</p> <p>Cena Arroz, carne, lácteo</p>	<p>5 Kcal 808 Glú 106 Líp 23 Pro 50</p> <p>1° Crema de verduras/ Borraja</p> <p>2° Guisado de ternera con zanahoria</p> <p>Postre Yogur Pan integral</p> <p>Cena Patata, pescado, fruta</p>	<p>6</p> <p>FIESTA</p>	<p>7</p> <p>FIESTA</p>	<p>8</p> <p>FIESTA</p>
<p>11 Kcal 798 Glú 76 Líp 30 Pro 47</p> <p>1° Lentejas con verduras/ coliflor</p> <p>2° Merluza al horno con ensalada</p> <p>Postre Fruta Pan integral</p> <p>Cena Pasta, huevo, lácteo</p>	<p>12 Kcal 704 Glú 97 Líp 20 Pro 38</p> <p>1° Crema de espinacas/ porrusalda</p> <p>2° Muslo de pollo asado en salsa</p> <p>Postre Yogur Pan integral</p> <p>Cena Verdura, pescado, fruta</p>	<p>13 Kcal 865 Glú 121 Líp 32 Pro 37</p> <p>1° Arroz integral con verduras/Coles</p> <p>2° Lomo de cerdo con patatas</p> <p>Postre Fruta Pan integral</p> <p>Cena Verdura, pescado, lácteo</p>	<p>14 Kcal 673 Glú 106 Líp 16 Pro 30</p> <p>1° Crema de zanahoria</p> <p>2° Espaguetis sin gluten con jamón/ Al ajillo</p> <p>Postre Fruta Pan integral</p> <p>Cena Arroz, carne, lácteo</p>	<p>15 Kcal 788 Glú 90 Líp 36 Pro 28</p> <p>1° Sopa de verdura sin gluten /Ensalada mixta</p> <p>2° Salmon al horno</p> <p>Postre Fruta Pan integral</p> <p>Cena Patatas, carne, lácteo</p>
<p>18 Kcal 789 Glú 145 Líp 15 Pro 24</p> <p>1° Lentejas con chorizo/ Borraja</p> <p>2° Atún a la riojana</p> <p>Postre Fruta Pan integral</p> <p>Cena Patatas, carne, lácteo</p>	<p>19 Kcal 860 Glú 114 Líp 24 Pro 51</p> <p>1° Arroz con tomate/ Brócoli</p> <p>2° Chuleta de cerdo con pimientos</p> <p>Postre Fruta Pan integral</p> <p>Cena Puré, arraina, lácteo</p>	<p>20 Kcal 680 Glú 78 Líp 25 Pro 38</p> <p>1° Coliflor al horno /Crema de puerros</p> <p>2° Pechuga de pollo con lechuga</p> <p>Postre Fruta Pan integral</p> <p>Cena Arroz, pescado, lácteo</p>	<p>21</p> <p><u>MENU ESPECIAL NAVIDAD</u></p>	





Azkorri Ikastetxea

2023ko Abendua

Arrautzarik gabeko menua

Tamar

RESTAURACIÓN & CATERING

Astelehena

Asteartea

Asteazkena

Osteguna

Ostirala

4 Kcal 808 Glú 106 Líp 23 Pro 50
1° Gluten gabeko makarroiak urdaiazpikoarekin/ baratxuriarekin
2° Legatz errea saltsa berdean
Postrea Fruta **Integral ogia**
Afaria Arroza, haragia, esnekia

11 Kcal 798 Glú 76 Líp 30 Pro 47
1° Dilistak barazkiekin/ Azalore
2° Legatz errea entsaladarekin
Postrea Fruta **Integral ogia**
Afaria Pasta, haragia, esnekia

18 Kcal 789 Glú 145 Líp 15 Pro 24
1° Dilistak txorizoarekin/ Borraja
2° Hegaluzea errioxar erara
Postre Fruta **Integral ogia**
Afaria Patatak, haragia, esnekia

5 Kcal 808 Glú 106 Líp 23 Pro 50
1° Barazki krema/ Borraja
2° Txahal gisatua azenarioarekin
Postrea Jogurta **Integral ogia**
Afaria Patata, arraina, fruta

12 Kcal 704 Glú 97 Líp 20 Pro 38
1° Ziazerba krema/ Porrusaltsa
2° Oilasko Izter errea
Postrea Jogurta **Integral ogia**
Afaria Barazkia, arraina, fruta

19 Kcal 860 Glú 114 Líp 24 Pro 51
1° Arroza tomatearekin/ Brokoli
2° Txerri txuleta piperrekin
Postre Fruta **Integral ogia**
Afaria Purrea, arraina, esnekia

6 JAIA

13 Kcal 865 Glú 121 Líp 32 Pro 37
1° Arroz integrala barazkiekin/Bruselak
2° Txerri solomo patatekin
Postrea Fruta **Integral ogia**
Afaria Barazkia, arraina, esnekia

20 Kcal 680 Glú 78 Líp 25 Pro 38
1° Azalore errea /Porru krema
2° Oilasko bularkia uhazarekin
Postre Fruta **Integral ogia**
Afaria Arroza, arraina, esnekia

7 JAIA

14 Kcal 673 Glú 106 Líp 16 Pro 30
1° Azenario krema
2° Gluten gabeko espagetiak urdaiazpikoarekin/ baratxuarekin
Postrea Fruta **Integral ogia**
Afaria Arroza, haragia, esnekia

21 **MENU BEREZIA**

1 Kcal 685 Glú 96 Líp 17 Pro 40
1° Garbantzua purea/ Porrusaltsa
2° Oilasko bularkia entsaladarekin
Postrea Fruta **Integral ogia**
Afaria Barazkia, ariana, esnekia

8 JAIA

15 Kcal 788 Glú 90 Líp 36 Pro 28
1° Gluten gabeko barazki zopa/Entsalada mixtoa
2° Izokin errea
Postrea Fruta **Integral ogia**
Afaria Patatak, haragia, esnekia