



Colegio Azkorri

Enero 2024
Menú No huevo



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

8 Kcal 851 Glú 108 Líp 24 Pro 54

1° Lentejas con zanahoria/ Brócoli

2° Atún a la riojana

Postre Fruta Pan integral

Cena Puré, carne, lácteo

15 Kcal 863 Glú 118 Líp 16 Pro 61

1° Macarrones sin gluten con verduras/ Al ajillo

2° Lomo asado con calabacín

Postre Fruta Pan integral

Cena Puré, pescado, lácteo

22 Kcal 757 Glú 94 Líp 28 Pro 37

1° Vainas con patatas/ Crema de espinacas

2° Pechuga de pollo con pimientos

Postre Fruta Pan integral

Cena Arroz, pescado, lácteo

29 Kcal 908 Glú 102 Líp 34 Pro 54

1° Lentejas con espinacas/ Borraja

2° Hamburguesas de ternera con pimientos

Postre Fruta Pan integral

Cena Puré, pescado, lácteo

9 Kcal 717 Glú 134 Líp 27 Pro 20

1° Crema de verduras

2° Macarrones sin gluten con jamón/ al ajillo

Postre Fruta Pan integral

Cena Patatas, carne, lácteo

16 Kcal 853 Glú 109 Líp 25 Pro 53

1° Alubias rojas con chorizo/ Acelgas

2° Palometa con tomate

Postre Fruta Pan integral

Cena Patatas, carne, lácteo

10 Kcal 896 Glú 112 Líp 36 Pro 36

1° Garbanzos con espinacas/ coles

2° Lomo de cerdo con lechuga

Postre Fruta Pan integral

Cena Puré, pescado, lácteo

17 Kcal 763 Glú 92 Líp 37 Pro 25

1° Coliflor al horno / crema de calabacín

2° Ternera asada con patatas

Postre Fruta Pan integral

Cena Arroz, pescado, lácteo

24 Kcal 927 Glú 103 Líp 38 Pro 49

1° Crema de verduras/ Berza

2° Paella

Postre Fruta Pan integral

Cena Patatas, pescado, lácteo

31 Kcal 934 Glú 110 Líp 56 Pro 29

MENU ALEMÁN 

1° 2° Ensalada de pasta sin gluten y salchichas- Redono en salsa

Postre Helado sin huevo Pan integral

Cena Pure, pescado, fruta

11 Kcal 795 Glú 96 Líp 24 Pro 47

1° Vainas con patatas/ crema de acelgas

2° Guisado de pavo con champiñones

Postre Yogur Pan integral

Cena Pasta, pescado, fruta

18 Kcal 939 Glú 124 Líp 38 Pro 31

1° Garbanzos con berza/ Vainas

2° Pechuga de pollo con lechuga

Postre Yogur Pan integral

Cena Puré, carne, fruta

12 Kcal 838 Glú 126 Líp 26 Pro 32

1° Arroz con verduras/ Ensalada mixta

2° Merluza al horno

Postre Fruta Pan integral

Cena Sopa, carne, lácteo

19 Kcal 670 Glú 101 Líp 18 Pro 30

1° Patatas a la riojana/ Brócoli

2° Merluza al horno con zanahoria

Postre Fruta Pan integral

Cena Sopa, carne, lácteo

26 Kcal 684 Glú 93 Líp 12 Pro 31

1° Sopa de fideo sin gluten y pollo/ Menestra de verduras

2° Chuleta de cerdo con champiñones

Postre Fruta Pan integral

Cena Patatas, carne, lácteo





Azkorri Ikastetxea

2024ko Urtarrila

Arrautzarik gabeko menua



Astelehena

Asteartea

Asteazkena

Osteguna

Ostirala

8 Kcal 851 Glú 108 Líp 24 Pro 54

1° Dilistak azenarioarekin/ Azalore

2° Hegaluzea errioxar erara

Postrea Fruta Integral ogia

Afaria Purea, haragia, esnekia

15 Kcal 863 Glú 118 Líp 16 Pro 61

1° Gluten gabeko makarroiak barazkiekin/baratxuriarekin

2° Solomo errea kuitxoarekin

Postrea Fruta Integral ogia

Afaria Purea, arraina, esnekia

22 Kcal 757 Glú 94 Líp 28 Pro 37

1° Lekak patatekin/ Ziazerba krema

2° Oilasko bularkia piperrekin

Postrea Fruta Integral ogia

Afaria Arroza, arrautza, esnekia

29 Kcal 908 Glú 102 Líp 34 Pro 54

1° Dilistak ziazerbarekin/ Borraja

2° Txahal hanburgesak piperrekin*

Postrea Fruta Integral ogia

Afaria Purea, arraina, esnekia

9 Kcal 717 Glú 134 Líp 27 Pro 20

1° Barazki purea

2° Gluten gabeko makarroiak urdaiazpikoarekin/ baratxuriarekin

Postrea Fruta Integral ogia

Afaria Patatak, haragia, esnekia

16 Kcal 853 Glú 109 Líp 25 Pro 53

1° Indaba gorriak txorizoarekin/ Zerbak

2° Papardoa tomatearekin

Postrea Fruta Integral ogia

Afaria Patatak, haragia, esnekia

23 Kcal 804 Glú 113 Líp 26 Pro 34

1° Gluten gabeko makarroiak tomatearekin/ baratxuriarekin

2° Legatz errea entsaladarekin

Postrea Fruta Integral ogia

Afaria Purea, haragia, esnekia

30 Kcal 819 Glú 128 Líp 16 Pro 48

1° Gluten gabeko espagetiak barazkiekin/baratxuriarekin

2° Hegaluzea errioxar erara

Postre Fruta Integral ogia

Afaria Barazkia, haragia, esnekia

10 Kcal 896 Glú 112 Líp 36 Pro 36

1° Garbantzuak ziazerbekin/Bruzelak

2° Txerri solomo uhazarekin

Postrea Fruta Integral ogia

Afaria Purea, arraina, esnekia

17 Kcal 763 Glú 92 Líp 37 Pro 25

1° Azalore errea / Kuitxo krema

2° Txahal errea patatekin

Postrea Fruta Integral ogia

Afaria Arroza, arraina, esnekia

24 Kcal 927 Glú 103 Líp 38 Pro 49

1° Barazki purea/ Aza

2° Paela

Postrea Fruta Integral ogia

Afaria Patatak, arraina, esnekia

31 Kcal 934 Glú 110 Líp 56 Pro 29

ALEMANIAR MENUA 

1° 2° Glu. Gabeko Pasta entsalada eta saltxixtak- Txahal errea saltsan

Postre Arrautz gabe. Iozkia Integral ogia

Afaria Purea, arraina, fruta

11 Kcal 795 Glú 96 Líp 24 Pro 47

1° Lekak patatekin/ Zerba purea

2° Indioilar gisatua barrengorriekin

Postrea Jogurta Integral ogia

Afaria Pasta, arraina, fruta

18 Kcal 939 Glú 124 Líp 38 Pro 31

1° Garbantzuak azarekin/ Lekak

2° Oilasko bularkia uhazarekin

Postrea Jogurta Integral ogia

Afaria Purea, haragia, fruta

25 Kcal 812 Glú 147 Líp 17 Pro 24

1° Indaba zuriak azenarioarekin / Orburuak

2° Amuarrain errea

Postrea Jogurta Integral ogia

Afaria Pasta, haragia, esnekia

12 Kcal 838 Glú 126 Líp 26 Pro 32

1° Arroza barazkiekin/ Entsalada mixtoa

2° Legatz errea

Postrea Fruta Integral ogia

Afaria Zopa, haragia, esnekia

19 Kcal 670 Glú 101 Líp 18 Pro 30

1° Patatak errioxar erara/Azalore

2° Legatz errea azenarioarekin

Postrea Fruta Integral ogia

Afaria Zopa, haragia, esnekia

26 Kcal 684 Glú 93 Líp 12 Pro 31

1° Oilasko eta gluten gabeko fideo zopa/ Barazki menestra

2° Txerri txuleta barrengorriekin

Postrea Fruta Integral ogia

Afaria Patatak, arraina, esnekia

