



Colegio Azkorri

Febrero 2024

Menu Celíaco



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

5 Kcal 710 Glú 94 Líp 19 Pro 43

1° Patatas en salsa verde/Coliflor

2° Pechuga de pollo a la plancha con champiñones

Postre Fruta Pan integral

Cena Verdura, huevo, lácteo

12

FIESTA

19 Kcal 779 Glú 146 Líp 15 Pro 21

1° Crema de puerros/ Guisantes

2° Paella

Postre Fruta Pan integral

Cena Patatas, pescado, lácteo

26 Kcal 754 Glú 109 Líp 20 Pro 38

1° Arroz con verduras / Vainas

2° Merluza en salsa verde

Postre Fruta Pan integral

Cena Sopa, carne, lácteo

7 Kcal 887 Glú 109 Líp 29 Pro 53

1° Garbanzos con espinacas/ berza

2° Atún con tomate

Postre Fruta Pan integral

Cena Puré, carne, lácteo

14

FIESTA

20 Kcal 887 Glú 109 Líp 29 Pro 53

1° Garbanzos con berza/ Borraja

2° Atún con tomate

Postre Fruta Pan integral

Cena Sopa, carne, lácteo

27 Kcal 757 Glú 92 Líp 34 Pro 23

1° Coliflor/ Crema de acelgas

2° Tortilla de patata

Postre Fruta Pan integral

Cena Patatas, pescado, lácteo

8 Kcal 729 Glú 93 Líp 34 Pro 22

1° Sopa de verdura y pollo sin gluten/ Porrusalda

2° Tortilla de patata con ensalada

Postre Fruta Pan integral

Cena Arroz, pescado, lácteo

15 Kcal 817 Glú 118 Líp 15 Pro 57

1° Puré de verduras/Ensalada

2° Palometa con tomate

Postre Fruta Pan integral

Cena Puré, huevo, lácteo

21 Kcal 791 Glú 86 Líp 34 Pro 39

1° Patatas a la riojana/ Brócoli

2° Chuleta de cerdo con pimientos

Postre Fruta Pan integral

Cena Puré, huevo, lácteo

28 Kcal 837 Glú 133 Líp 13 Pro 46

1° Macarrones sin gluten con verduras/ Al ajillo

2° Guisado de pavo con zanahoria

Postre Yogur Pan integral

Cena Puré, carne, fruta

1 Kcal 888 Glú 111 Líp 34 Pro 38

1° Alubias rojas con verduras/Vainas

2° Huevos fritos con patatas

Postre Fruta Pan integral

Cena Puré, carne, lácteo

9 Kcal 770 Glú 108 Líp 23 Pro 44

1° Alubias blancas con verduras/ Menestra de verduras

2° Bacalao al horno

Postre Yogur Pan integral

Cena Verdura, carne, fruta

16 Kcal 753 Glú 102 Líp 13 Pro 42

1° Macarrones sin gluten con tomate/ Al ajillo

2° Guisado de pavo con patata hervida

Postre Fruta Pan integral

Cena Verdura, huevo, lácteo

22 Kcal 823 Glú 123 Líp 11 Pro 39

1° Espaguetis sin gluten a la carbonara/ al ajillo

2° Salmon al horno con verduras

Postre Yogur Pan integral

Cena Verdura, carne, fruta

29 Kcal 809 Glú 103 Líp 25 Pro 48

MENÚ REINO UNIDO



1°-2° Alubias con tomate/ Fish and chips

Postre Fruta Pan integral

Cena Verdura, huevo, lácteo

2 Kcal 700 Glú 94 Líp 20 Pro 35

1° Espaguetis sin gluten a la carbonara/ al ajillo

2° Merluza al horno con verduras

Postre Fruta Pan integral

Cena Patatas, carne, lácteo

10 Kcal 789 Glú 86 Líp 33 Pro 39

1° Crema de calabaza



2° Hamburguesas de ternera con patatas

Postre Flan de vainilla Pan integral

Cena Sopa, pescado, lácteo

17 Kcal 786 Glú 127 Líp 20 Pro 29

1° Arroz integral con verduras

2° Merluza rebozada con limón

Postre Fruta Pan integral

Cena Puré, carne, lácteo

23 Kcal 759 Glú 99 Líp 35 Pro 16

1° Crema de espinacas/ Porrusalda

2° Pechuga de pollo con lechuga

Postre Fruta Pan integral

Cena Arroz, huevo, lácteo



Azkorri Ikastetxea

2024ko Otsaila

Zeliako menua



Astelehena

Asteartea

Asteazkena

Osteguna

Ostirala

5 Kcal 710 Glú 94 Líp 19 Pro 43

1° Patatak saltsa berdean/ Azalore

2° Oilasko bularkia barrengorriekin

Postrea Fruta Integral ogia

Afaria Barazkiak, arraultza, esnekia

7 Kcal 887 Glú 109 Líp 29 Pro 53

1° Garbantzuak ziazerbeekin/ azarekin

2° Hegaluzea tomatearekin

Postrea Fruta Integral ogia

Afaria Pura, haragia, esnekia

8 Kcal 729 Glú 93 Líp 34 Pro 22

1° Gluten gabeko Barazki eta oilasko zopa/ Porrusalda

2° Patata tortila entsaladarekin

Postrea Fruta Integral ogia

Afaria Arroza, arraina, esnekia

1 Kcal 888 Glú 111 Líp 34 Pro 38

1° Indaba gorriak barazkiekin/Lekak

2° Arraultz frijitua patatekin

Postrea Fruta Integral ogia

Afaria Pura, haragia, esnekia

2 Kcal 700 Glú 94 Líp 20 Pro 35

1° Gluten gabeko espagetiak karbonara/ baratxuriarekin

2° Legatz errea barazkiekin

Postrea Fruta Integral ogia

Afaria Patatak, haragia, esnekia

12

JAIA

14

JAIA

15 Kcal 817 Glú 118 Líp 15 Pro 57

1° Barazki pura/Entsalada

2° Papardoa tomatearekin

Postrea Fruta Integral ogia

Afaria Pura, arraultza, esnekia

16 Kcal 753 Glú 102 Líp 13 Pro 42

1° Gluten gabeko makarroiak tomatearekin/ baratxuriarekin

2° Indioilar gisatua

Postrea Fruta Integral ogia

Afaria Barazkiak, arraultza, esnekia

17 Kcal 786 Glú 127 Líp 20 Pro 29

1° Integral arroza barazkiekin

2° Legatz frijitua limoiarekin

Postrea Fruta Integral ogia

Afaria Pura, haragia, esnekia

19 Kcal 779 Glú 146 Líp 15 Pro 21

1° Porru krema/ Ilarrak

2° Paella

Postrea Fruta Integral ogia

Afaria Patatak, arraina, esnekia

20 Kcal 887 Glú 109 Líp 29 Pro 53

1° Garbantzuak azarekin/ Borraja

2° Hegaluzea tomatearekin

Postrea Fruta Integral ogia

Afaria Zopa, haragia, esnekia

21 Kcal 791 Glú 86 Líp 34 Pro 39

1° Patatak errioxar erara/ Azalore

2° Txerri txuleta piperrekin

Postrea Fruta Integral ogia

Afaria Pura, arraultza, esnekia

22 Kcal 823 Glú 123 Líp 11 Pro 39

1° Gluten gabeko espaguetiak karbonara/baratxuriarekin

2° Izokin errea barazkiekin

Postrea Jogurta Integral ogia

Afaria Barazkia, haragia, fruta

23 Kcal 759 Glú 99 Líp 35 Pro 16

1° Ziazerba krema/ Porrusalda

2° Oilasko bularkia uhazarekin

Postrea Fruta Integral ogia

Afaria Arroza, arraultza, esnekia

26 Kcal 754 Glú 109 Líp 20 Pro 38

1° Arroza barazkiekin/ Lekak

2° Legatz errea saltsa berdean

Postrea Fruta Integral ogia

Afaria Zopa, haragia, esnekia

27 Kcal 757 Glú 92 Líp 34 Pro 23

1° Azalore/ Ziazerba krema

2° Patata tortila

Postrea Fruta Integral ogia

Afaria Patatak, arraina, esnekia

28 Kcal 837 Glú 133 Líp 13 Pro 46


1° Gluten gabeko makarroiak barazkiekin/baratxuriarekin

2° Indioilar gisatua azenarioarekin

Postrea Jogurta Integral ogia

Afaria Pura, haragia, fruta

29 Kcal 809 Glú 103 Líp 25 Pro 48

ERRESUMA BATUKO MENUA 

1°-2° Indabak tomatearekin/ Fish and chips

Postrea Fruta Integral ogia

Afaria Barazkiak, arraultza, esnekia

