



Colegio Azkorri

Marzo 2024

Menú Celiaco



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

4 Kcal 736 Glú 114 Líp 332 Pro 32
1° Macarrones sin gluten con tomate/ Al ajillo
2° Merluza al horno en salsa verde
Postre Fruta **Pan integral**
Cena Puré, carne, lácteo

5 Kcal 859 Glú 103 Líp 32 Pro 36
1° Garbanzos con berza/ Coliflor
2° Huevos rellenos
Postre Fruta **Pan integral**
Cena Sopa, pescado, fruta

6 Kcal 690 Glú 82 Líp 23 Pro 37
1° Sopa de verduras sin gluten/ guisantes
2° Pechuga de pollo a la plancha con patata hervida
Postre Fruta **Pan integral**
Cena Arroz, pescadom lácteo

7 Kcal 779 Glú 146 Líp 15 Pro 21
1° Crema de puerros/ Vainas
2° Paella de carne
Postre Yogur **Pan integral**
Cena Patatas, pescado, fruta

1 Kcal 708 Glú 81 Líp 20 Pro 54
1° Crema de espinacas/ Borraja
2° Lomo asado con pimientos
Postre Fruta **Pan integral**
Cena Patatas, huevo, lácteo

11 Kcal 790 Glú 138 Líp 13 Pro 38
1° Arroz integral con verduras/ Porrusalada
2° Guisado de pavo con zanahoria
Postre Fruta **Pan integral**
Cena Verdura, huevo, lácteo

12 Kcal 778 Glú 110 Líp 20 Pro 26
1° Crema de calabaza/ Brócoli
2° Macarrones sin gluten con tomate y huevo/ al ajillo
Postre Yogur **Pan integral**
Cena Puré, carne, fruta

13 Kcal 819 Glú 110 Líp 22 Pro 51
1° Alubias con verduras/ Acelgas
2° Albóndigas de ternera con patata hervida
Postre Fruta **Pan integral**
Cena Verdura, huevo, lácteo

14 Kcal 700 Glú 97 Líp 23 Pro 32
1° Patatas a la riojana/ Ensalada mixta
2° Bacalao al horno con verduras
Postre Fruta **Pan integral**
Cena Puré, carne, lácteo

15 Kcal 801 Glú 91 Líp 39 Pro 26
1° Menestra con jamón/ Crema de espinacas
2° Huevos fritos con patatas
Postre Fruta **Pan integral**
Cena Arroz, carne, lácteo

18 Kcal 860 Glú 114 Líp 23 Pro 51
1° Arroz con verduras/ Guisantes
2° Palometa con tomate
Postre Fruta **Pan integral**
Cena Puré, carne, lácteo

19 Kcal 806 Glú 75 Líp 33 Pro 44
1° Vainas/ Crema de porrusalda
2° Muslo de pollo asado con lechuga
Postre Fruta **Pan integral**
Cena Sopa, huevo, lácteo

20 Kcal 690 Glú 106 Líp 16 Pro 32
1° Pasta sin gluten con queso/ al ajillo
2° Merluza al horno con verduras
Postre Fruta **Pan integral**
Cena Puré, carne, lácteo

21 Kcal 862 Glú 112 Líp 32 Pro 36
1° Alubias blancas con acelgas/ Berza
2° Tortilla de patata con ensalada
Postre Fruta **Pan integral**
Cena Verdura, carne, lácteo

22 Kcal 813 Glú 83 Líp 46 Pro 20
1° Ensalada mixta/ Crema de zanahoria
2° Pechuga de pollo con verduras
Postre Yogur **Pan integral**
Cena Patatas, pescado, fruta

25
 FIESTA

26
 FIESTA

27
 FIESTA

28
 FIESTA

29
 FIESTA





Azkorri Ikastetxea

2024ko Martxo

Zeliako menua



Astelehena

Asteartea

Asteazkena

Osteguna

Ostirala

4 Kcal 736 Glú 114 Líp 332 Pro 32

1° Gluten gabeko makarroiak tomatearekin/ baratxuriarekin

2° Legatz errea saltsa berdean

Postrea Fruta Integral ogia

Afaria Purea, haragia, lácteo

5 Kcal 859 Glú 103 Líp 32 Pro 36

1° Garbantzuak azarekin/ Azalore

2° Arrautza beteak

Postrea Fruta Integral ogia

Afaria Zopa, arraina, fruta

6 Kcal 690 Glú 82 Líp 23 Pro 37

1° Barazki gluten gabeko zopa/ ilarrak

2° Oilasko bularkia plantxan patatekin

Postrea Fruta Integral ogia

Afaria Arroza, arraina, esnekia

7 Kcal 779 Glú 146 Líp 15 Pro 21

1° Porru krema/ Lekak

2° Paela

Postrea Jogurta Integral ogia

Afaria Patatak, arraina, fruta

1 Kcal 708 Glú 81 Líp 20 Pro 54

1° Ziazerba krema/ Borraja

2° Txerri solomo errea piperekin

Postrea Fruta Integral ogia

Afaria Patatak, arrautza, esnekia

11 Kcal 790 Glú 138 Líp 13 Pro 38

1° Arroza integrala/ Porrusaltsa

2° Indioilar gisatuta azenarioarekin

Postrea Fruta Integral ogia

Afaria Barazkia, arrautza, esnekia

12 Kcal 778 Glú 110 Líp 20 Pro 26

1° Kuia krema/ Brokoli

2° Gluten gabeko makarroiak tomate eta arrautzarekin/baratxuriarekin

Postrea Jogurta Integral ogia

Afaria Purea, haragia, fruta

13 Kcal 819 Glú 110 Líp 22 Pro 51

1° Indabak azenarioarekin/ Ziazerba

2° Txahal albondigak patatekin

Postrea Fruta Integral ogia

Afaria Barazkia, arrautza, esnekia

14 Kcal 700 Glú 97 Líp 23 Pro 32

1° Patatak errioxar erara/ Entsalada mixtoa

2° Makailu errea barazkiekin

Postrea Fruta Integral ogia

Afaria Purea, haragia, esnekai

15 Kcal 801 Glú 91 Líp 39 Pro 26

1° Menestra urdaiazpikoarekin/Ziazerba krema

2° Arrautz frijitua patatekin

Postrea Fruta Integral ogia

Afaria Arroza, haragia, esnekia

18 Kcal 860 Glú 114 Líp 23 Pro 51

1° Arroza barazkiekin/ Ilarrak

2° Papardoa tomatearekin

Postrea Fruta Integral ogia

Afaria Purea, haragia, esnekia

19 Kcal 806 Glú 75 Líp 33 Pro 44

1° Lekak/ Porru krema

2° Oilasko izter errea uhazarekin

Postrea Fruta Integral ogia

Afaria Zopa, arrautza, esnekia

20 Kcal 690 Glú 106 Líp 16 Pro 32

1° Gluten gabeko pata gazterekin/ baratxuriarekin

2° Legatz errea barazkiekin

Postrea Fruta Integral ogia

Afaria Purea, haragia, esnekia

21 Kcal 862 Glú 112 Líp 32 Pro 36

1° Indaba zuriak zerbekin/ Azarekin

2° Patata tortila entsaladarekin

Postrea Fruta Integral ogia

Afaria Barazkia, haragia, esnekia

22 Kcal 813 Glú 83 Líp 46 Pro 20

1° Entsalada mixtoa/ Azenario krema

2° Oilasko bularkia barazkiekin

Postrea Jogurta Integral ogia

Afaria Patatak, arraina, fruta

25

JAIA

26

JAIA

27

JAIA

28

JAIA

29

JAIA

