



Azkorri Ikastetxea

Noviembre 2024

Menú Celíaco



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

4

1° Ensalada campera/ Crema de calabacín

2° Guisado de pavo con champiñones

Postre Fruta Pan integral

Cena Patatas, pescado, lácteo

5

1° Garbanzos con zanahoria/ Borraja

2° Lomo asado con pimientos

Postre Fruta Pan integral

Cena Verdura, huevo, yogur

6

1° Macarrones sin gluten con tomate y jamón/Al ajillo

2° Merluza al horno con zanahoria

Postre Fruta Pan integral

Cena Puré, carne, lácteo

7

1° Menestra de verduras/ Crema de puerros

2° Huevos fritos con patatas

Postre Fruta Pan integral

Cena Arroz, pescado, lácteo

1

FIESTA

8

1° Alubias blancas con calabacín / Brócoli

2° Atún con tomate

Postre Yogur Pan integral

Cena Verdura, carne, fruta

11

1° Guisantes con jamón/ Crema de acelgas

2° Pollo asado con ensalada

Postre Fruta Pan integral

Cena Patatas, huevo, lácteo

12

1° Patatas guisadas/ Ensalada mixta

2° Huevos con tomate

Postre Yogur Pan integral

Cena Verdura, pescado, fruta

13

1° Arroz integral con verduras/ Coliflor

2° Lomo de cerdo con ensalada

Postre Fruta Pan integral

Cena Puré, carne, lácteo

14

1° Espaguetis sin gluten/ Al ajillo

2° Palometa a la riojana

Postre Fruta Pan integral

Cena Verdura, carne, lácteo

15

1° Crema de espinacas

2° Alubias rojas/ Acelgas

Postre Fruta Pan integral

Cena Arroz, huevo, lácteo

18

1° Arroz con verduras/ Borraja

2° Tortilla de patata con lechuga

Postre Fruta Pan integral

Cena Verdura, carne, lácteo

19

1° Berza/ sopa (sin gluten) de vedura y pollo

2° Chuleta de cerdo con pimientos

Postre Fruta Pan integral

Cena Patatas, huevo, lácteo

20

1° Ensalada mixta/ Crema de verduras

2° Paella de carne

Postre Fruta Pan integral

Cena Verdura, pescado, lácteo

21

1° Macarrones sin gluten con tomate y jamón/ Al ajillo

2° Merluza al horno con verduras

Postre Yogur Pan integral

Cena Puré, carne, fruta

22

1° Garbanzos con espinacas/ Coles

2° Zancarron con tomate

Postre Fruta Pan integral

Cena Verdura, pescado, lácteo

25

1° Coliflor al horno/ Crema de acelga

2° Lomo en salsa

Postre Fruta Pan integral

Cena Arroz, pescado, lácteo

26

1° Espaguetis sin gluten con huevo/ Al ajillo

2° Bacalao al horno con verduras

Postre Yogur Pan integral

Cena Verdura, carne, fruta

27

1° Alubias blancas con zanahoria/ Ensalada mixta

2° Revuelto de champiñones

Postre Fruta Pan integral

Cena Puré, pescado, lácteo

28

1° Crema de calabaza/ Vainas

2° Hamburguesas de ternera con pimientos

Postre Fruta Pan integral

Cena Pasta, pescado, lácteo

29

MENU NORUEGO



1° Patatas con bacalao

2° Salmón al estilo noruego

Postre Helado sin gluten Pan integral

Cena Puré, huevo, fruta



902 103 478

Atención al cliente



www.tamar.es





Azkorri Ikastetxea

2024ko Azaroa

Zeliako menua




Astelehena

Asteartea

Asteazkena

Osteguna

Ostirala

				1 JAIA
4 1° Entsalada Kanpera/Kuitxo krema 2° Indoiilar gisatua barrengorriekin Postrea Fruta Ogi integrala Afaría Patatak ,arraina, esnekia	5 1° Garbantzuk azenarioarekin/ Borrajá 2° Txerri solomo errea piperrekin Postrea Fruta Ogi integrala Afaría Barazkia, arrautza, jogurta	6 1° Gluten gabeko makarroiak urdiarpikoarekin/ Baratzuri erara 2° Legatz errea azenarioarekin Postrea Fruta Ogi integrala Afaría Parea,haragia, esnekia	7 1° Barazki menestra /Porru krema 2° Arrautz frijitua patatekin Postrea Fruta Ogi integrala Afaría Arroza, arraina, esnekia	8 1° Indaba zuriak kuitxoarekin / Brokoli 2° Hegaluzea tomatearekin Postrea Jogurta Ogi integrala Afaría Barazkia, haragia, fruta
11 1° Ilarrak urdiarpikoarekin/ Zerba krema 2° Oilasko izter errea entsaladarekin Postrea Fruta Ogi integrala Afaría Patatak, arrautza, esnekia	12 1° Patata gisatuak/ Entsalada mixtoa 2° Arrautzak tomatearekin Postrea Jogurta Ogi integrala Afaría Barazkia, arraina, fruta	13 1° Arroz integrala barazkiekin / Azalore 2° Txerri solomo entsaladarekin Postrea Fruta Ogi integrala Afaría Parea, haragia, esnekia	14 1° Gluten gabeko espagetiak /baratzuriarekin 2° Papardoa piperrekin Postrea Fruta Ogi integrala Afaría Barazkia, haragia, esnekia	15 1° Ziazerba krema 2° Indaba gorriak/ Zerbak Postrea Fruta Ogi integrala Afaría Arroza, arrautza, esnekia
18 1° Arroza barazkiekin/ Borrajá 2° Patata tortila uhazarekin Postrea Fruta Ogi integrala Afaría Barazkia, haragia, esnekia	19 1° Aza/ Oilasko zopa (gluten gabeko) 2° Txerri txuleta piperrekin Postrea Fruta Ogi integrala Afaría Patatak, arrautza, esnekia	20 1° Entsalada mixtoa/barazki krema 2° Paela Postrea Fruta Ogi integrala Afaría Barazkia, arraina, esnekia	21 1° Gluten gabeko makarroiak / Baratzuri erara 2° Legatz errea barazkiekin Postrea Jogurta Ogi integrala Afaría Parea, haragia, fruta	22 1° Garbantzuk ziazerbekin/ Bruselazak 2° Hezurra tomatearekin Postrea Fruta Ogi integrala Afaría Barazkia, arraina, esnekia
25 1° Azalore/ Zerbak parea 2° Txerri solomo saltsan Postrea Fruta Ogi integrala Afaría Arroza, arraina, esnekia	26 1° Gluten gabeko espagetiak arrautzarekin/ Baratzuri erara 2° Makailu errea barazkiekin Postrea Jogurta Ogi integrala Afaría Barazkia, haragia, fruta	27 1° Indaba zuriak azenarioarekin/ Entsalada mixtoa 2° Arrautza nahasiak barrengorriekin Postrea Fruta Ogi integrala Afaría Parea, arraina, esnekia	28 1° Kuia krema/ Lekak 2° Txahal hanburesak piperrekin Postrea Fruta Ogi integrala Afaría Pasta, arraina, esnekia	29 Norvegiako menua  1° Patatak makaluarekin 2° Izokin errea Postrea Izozkia (gluten gabe) Ogi integrala Afaría Parea, arrautza, fruta

