



Akorri Ikastextea

Enero 2025

Menú No huevo

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

FIESTA

7

1° Lentejas con zanahoria/ Brócoli

2° Guisado de pavo con champiñones

Postre Fruta Pan integral

Cena Puré, pescado, lácteo

8

1° Crema de verduras

2° Chuleta de cerdo con pimientos

Postre Yogur Pan integral

Cena Arroz, pescado, fruta

9

1° Garbanzos con espinacas/ Berza

2° Pechuga de pollo con lechuga

Postre Fruta Pan integral

Cena Verdura, carne, lácteo

10

1° Arroz con verduras/ Coliflor

2° Atún con tomate

Postre Fruta Pan integral

Cena Puré, carne, lácteo

13

1° Macarrones sin gluten con verduras/ Al ajillo

2° Lomo de cerdo asado con verduras

Postre Fruta Pan integral

Cena Verdura, pescado, lácteo

14

1° Alubias rojas con acelgas/ Vainas

2° Merluza al horno con verduras

Postre Yogur Pan integral

Cena Puré, carne, lácteo

15

1° Coliflor al horno/ Crema de calabacín

2° Lomo de cerdo con tomate

Postre Fruta Pan integral

Cena Arroz, pescado, lácteo

16

1° Garbanzos con berza/ Acelgas

2° Pechuga de pollo con lechuga

Postre Fruta Pan integral

Cena Puré, pescado, lácteo

17

1° Brócoli/ Patatas a la riojana

2° Palometa a la riojana

Postre Fruta Pan integral

Cena Pasta, carne, lácteo

20

1° Lentejas con verduras/ porrusalda

2° Muslo de pollo asado champiñones

Postre Fruta Pan integral

Cena Puré, pescado, lácteo

21

1° Vainas con patatas/ Crema de verduras

2° Guisado de ternera a la jardinera

Postre Fruta Pan integral

Cena Arroz, pescado, lácteo

22

1° Espinacas/ Alubias blancas con zanahoria

2° Merluza al horno con lechuga

Postre Yogur Pan integral

Cena Puré, carne, fruta

23

1° Guisantes/puré de verduras

2° Lomo de cerdo con patatas

Postre Fruta Pan integral

Cena Legumbre, carne, lácteo

24

1° Arroz integral con verduras/ Menestra de verduras

2° Pescado fresco azul al horno con ensalada * Bajo disponibilidad del mercado

Postre Fruta

Cena Puré, carne, lácteo

27

1° Borraja con jamón

2° Albondigas de ternera con patata hervida y verduras

Postre Fruta Pan integral

Cena Patatas, pescado, lácteo

28

1° Sopa de fideo con verdura y pollo

2° Pechuga de pollo con champiñones

Postre Fruta Pan integral

Cena Verdura, carne, lácteo

29

1° Crema de espinacas/ Coliflor

2° Garbanzos con zanahoria

Postre Fruta Pan integral

Cena Verdura, pescado, lácteo

30

1° Patatas a la riojana/ Vainas con refrito

2° Bacalo al horno con pimientos

Postre Fruta Pan integral

Cena Puré, carne, lácteo

31 MENÚ ALEMÁN

1° Ensalada alemana

2° Salchichas al horno con puré de patata

Postre Helado (sin huevo) Pan integral

Cena Verdura, pescado, fruta





Akorri Ikastextea

2025 ko Urtarrila

Arrautzarik gabeko menua



Astelehena

Asteartea

Asteazkena

Osteguna

Ostirala

JAIA

7

1° Dilistak azenarioarekin/ Brokoli

2° Indioilar gisatua barrengorriekin

Postrea Fruta Ogi integrala

Afaria Purea, arraina, esnekia

8

1° Barazki purea

2° Txerri txuleta piperrekin

Postrea Jogurta Ogi integrala

Afaria Arroza, arraina, fruta

9

1° Garbantzuak ziazerbekin/ Aza

2° Oilasko bularkia uhazarekin

Postrea Fruta Ogi integrala

Afaria Barazkia, haragia, esnekia

10

1° Arroza barazkiekin/ Azalore

2° Hegaluzea tomatearekin

Postrea Fruta Ogi integrala

Afaria Purea, haragia, esnekia

13

1° Gluten gabeko makarroiak eko barazkiekin/ Baratxuri erara

2° Txerri solomo barazkiekin

Postrea Fruta Ogi integrala

Afaria Barazkia, arraina, esnekia

14

1° Indaba gorriak zerbekin/ Lekak

2° Legatz labean barazkiekin

Postrea Jogurta Ogi integrala

Afaria Purea, haragia, esnekia

15

1° Azalore labean/ Kuitxo krema

2° Txerri solomo tomatearekin

Postrea Fruta Ogi integrala

Afaria Arroza, arraina, esnekia

16

1° Garbantzuak azarekin/ Zerbak

2° Oilasko bularkia auhazarekin

Postrea Fruta Ogi integrala

Afaria Purea, arraina, esnekia

17

1° Brokoli/Pataak errioxar erara

2° Papardoa errioxar erara

Postrea Fruta Ogi integrala

Afaria Pasta, haragia, esnekia

20

1° Dilistak barazkiekin/ Porrusaltsa

2° Oilasko izter labean barrengorriekin

Postrea Fruta Ogi integrala

Afaria Purea, arraina, esnekia

21

1° Lekak patatekin/ Barazki purea

2° Txahal gisatua barazkiekin

Postrea Fruta Ogi integrala

Afaria Arroza, arraina, esnekia

22

1° Ziazerba/ Indaba zuriak azenarioarekin

2° Legatz errea uhazarekin

Postrea Jogurta Ogi integrala

Afaria Purea, haragia, fruta

23

1° Ilarrak/Barazki purea

2° Txerri solomo patatekin

Postrea Fruta Ogi integrala

Afaria Lekale, haragia, esnekia

24

1° Arroza integrala barazkiekin/ Barazki menestra

2° Arrain fresko errea entsaladarekin

Postrea Fruta Ogi integrala

Afaria Purea, haragia, esnekia

27

1° Borraja urdaiazpikoarekin

2° Txahal albondigak patata eta barazkiekin

Postrea Fruta Ogi integrala

Afaria Patatak, arraina, esnekia

28

1° Fideo zopa oilaskoarekin

2° Olasko bularkia barrengorriekin

Postrea Fruta Ogi integrala

Afaria Barazkia, haragia, esnekia

29

1° **Ziazerba krema/Azalore**

2° **Garbantzuak azenarioarekin**

Postrea Fruta Ogi integrala

Afaria Barazkia, arraina, esnekia

30

1° Patatak errioxar erara/ Lekak

2° Makailu errea piperrekin

Postrea Fruta Ogi integrala

Afaria Purea, haragia, esnekia

31

ALEMANIAR MENUA

1° Alemaniar entsalada 

2° Saltxitxa labean patata purearekin

Postrea Izozkia (Ogi integrala

Afaria Barazkia, arraina, fruta



902 103 478

Atención al cliente



www.tamar.es

