



# Azkorri Ikastetxea

## Marzo 2019

### Menú Dietas



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

**4**

FIESTA

**5**

Kcal 895 Glú 121 Líp 36 Pro 30

- 1° Lentejas
- 2° Mero

**6**

Kcal 808 Glú 84 Líp 40 Pro 31

- 1° Puré de verduras
- 2° Merluza

**7**

Kcal 887 Glú 106 Líp 28 Pro 58

- 1° Alubias rojas
- 2° Atún en salsa

**8**

Kcal 835 Glú 83 Líp 33 Pro 44

- 1° Vainas
- 2° Pollo

**11**

Kcal 846 Glú 126 Líp 26 Pro 33

- 1° Arroz blanco
- 2° Merluza

**12**

Kcal 848 Glú 118 Líp 16 Pro 56

- 1° Garbanzos
- 2° Atún con pimientos

**13**

Kcal 949 Glú 85 Líp 42 Pro 49

- 1° Alubias blancas
- 2° Pollo

**14**

Kcal 843 Glú 120 Líp 21 Pro 42

- 1° Espaguetis
- 2° Lomo fresco

**15**

Kcal 650 Glú 95 Líp 15 Pro 36

- 1° Puré de verduras
- 2° Estofado de pavo

**18**

FIESTA

**19**

FIESTA

**20**

Kcal 879 Glú 122 Líp 34 Pro 30

- 1° Lentejas
- 2° Pechugas

**21**

Kcal 967 Glú 127 Líp 39 Pro 33

- 1° Arroz blanco
- 2° Merluza

**22**

Kcal 687 Glú 103 Líp 15 Pro 39

- 1° Patatas
- 2° Estofado de pavo

**25**

Kcal 754 Glú 109 Líp 20 Pro 37

- 1° Macarrones
- 2° Merluza

**26**

Kcal 841 Glú 99 Líp 39 Pro 27

- 1° Puré de verduras
- 2° Pollo

**27**

Kcal 750 Glú 113 Líp 12 Pro 45

- 1° Garbanzos
- 2° Estofado de pavo

**28**

Kcal 805 Glú 104 Líp 14 Pro 59

- 1° Alubias blancas
- 2° Atún a la marinera

**29**

Kcal 833 Glú 132 Líp 20 Pro 38

- 1° Arroz blanco
- 2° Hamburguesas



902 103 478

Atención al cliente



www.tamar.es

