



Azkorri Ikastetxea

Septiembre 2021

Menú No Leche



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

		8	9	10
		<p>Kcal 992 Glú 112 Líp 51 Pro 29</p> <p>1° Ensalada campera</p> <p>2° Pizza casera sin gluten, sin queso</p> <p>Postre Helado Pan integral</p>	<p>Kcal 850 Glú 83 Líp 39 Pro 46</p> <p>1° Arroz con tomate casero</p> <p>2° Pollo asado con verduras</p> <p>Postre Fruta Pan integral</p>	<p>Kcal 794 Glú 101 Líp 25 Pro 43</p> <p>1° Garbanzos con chorizo</p> <p>2° Merluza al horno con ensalada</p> <p>Postre Yogur soja Pan integral</p>
13	14	15	16	17
<p>Kcal 781 Glú 108 Líp 18 Pro 49</p> <p>1° Lentejas con zanahoria</p> <p>2° Lomo asado con pimientos</p> <p>Postre Fruta Pan integral</p>	<p>Kcal 760 Glú 116 Líp 12 Pro 36</p> <p>1° Macarrones sin gluten con huevo y tomate casero</p> <p>2° Trucha fresca al horno con verduras de la huerta</p> <p>Postre Fruta Pan integral</p>	<p>Kcal 757 Glú 69 Líp 50 Pro 27</p> <p>1° Crema de verduras</p> <p>2° Albóndigas con tomate y patata panadera al horno</p> <p>Postre Yogur soja Pan integral</p>	<p>Kcal 882 Glú 122 Líp 29 Pro 37</p> <p>1° Arroz integral con verduras</p> <p>2° Ternera asada con champiñones</p> <p>Postre Yogur soja Pan integral</p>	<p>Kcal 837 Glú 108 Líp 26 Pro 48</p> <p>1° Alubias rojas con chorizo</p> <p>2° Zapatero plancha con tomate</p> <p>Postre Fruta Pan integral</p>
20	21	22	23	24
<p>Kcal 802 Glú 118 Líp 27 Pro 26</p> <p>1° Vainas</p> <p>2° Espaguetis sin gluten a la bologñesa</p> <p>Postre Fruta Pan integral</p>	<p>Kcal 700 Glú 99 Líp 17 Pro 40</p> <p>1° Alubias blancas con berza</p> <p>2° Merluza al horno con ensalada de tomate</p> <p>Postre Fruta Pan integral</p>	<p>Kcal 790 Glú 93 Líp 36 Pro 26</p> <p>1° Crema de verduras</p> <p>2° Tortilla de patata con pimientos</p> <p>Postre Yogur soja Pan integral</p>	<p>Kcal 938 Glú 118 Líp 28 Pro 48</p> <p>1° Arroz tres delicias</p> <p>2° Pollo asado con lechuga</p> <p>Postre Fruta Pan integral</p>	<p>FIESTA</p>
27	28	29	30	
<p>Kcal 892 Glú 123 Líp 34 Pro 18</p> <p>1° Ensalada de arroz</p> <p>2° Pechuga de pollo plancha</p> <p>Postre Fruta Pan integral</p>	<p>Kcal 849 Glú 107 Líp 29 Pro 42</p> <p>1° Garbanzos con acelgas</p> <p>2° Merluza a la riojana</p> <p>Postre Fruta Pan integral</p>	<p>Kcal 670 Glú 90 Líp 19 Pro 38</p> <p>1° Fideuá sin gluten</p> <p>2° Guisado de pavo con champiñones</p> <p>Postre Yogur soja Pan integral</p>	<p>Kcal 982 Glú 92 Líp 45 Pro 55</p> <p>MENÚ REINO UNIDO </p> <p>1º-2º Pastel de carne sin gluten - Fish and Chips</p> <p>Postre Fruta Pan integral</p>	





Azkorri Ikastetxea

2021ko Iraila

Esnerik gabeko menua



Astelehena

Asteartea

Asteazkena

Osteguna

Ostirala

		8	Kcal 992 Glú 112 Líp 51 Pro 29	9	Kcal 850 Glú 83 Líp 39 Pro 46	10	Kcal 794 Glú 101 Líp 25 Pro 43		
		1° Kanpera entsalada		1° Arroza etxeko tomatearekin		1° Garbantzuak txorizoarekin			
		2° Gluten eta gaztarik gabeko etxeko pizza		2° Oilasko errea barazkiekin		2° Legatz errea entsaladarekin			
		Postrea Izoskia	Ogia Integrala	Postrea Fruta	Ogia Integrala	Postrea Sojazko Jogurta	Ogia Integrala		
13	Kcal 781 Glú 108 Líp 18 Pro 49	14	Kcal 760 Glú 116 Líp 12 Pro 36	15	Kcal 757 Glú 69 Líp 50 Pro 27	16	Kcal 882 Glú 122 Líp 29 Pro 37	17	Kcal 837 Glú 108 Líp 26 Pro 48
1° Dilistak azenarioarekin		1° Gluten gabeko makarroiak arrautz eta etxeko tomatearekin		1° Barazki krea		1° Bihi osoko arroza barazkiekin		1° Indaba gorriak txorizoarekin	
2° Solomo errea piperrekin		2° Amuarrain fresko errea baratze barazkiekin		2° Albondigak tomate eta patata errekin		2° Txahal errea barregorriekin		2° Aingirazorria plantxan tomatearekin	
Postrea Fruta	Ogia Integrala	Postrea Fruta	Ogia Integrala	Postrea Sojazko Jogurta	Ogia Integrala	Postrea Sojazko Jogurta	Ogia Integrala	Postrea Fruta	Ogia Integrala
20	Kcal 802 Glú 118 Líp 27 Pro 26	21	Kcal 700 Glú 99 Líp 17 Pro 40	22	Kcal 790 Glú 93 Líp 36 Pro 26	23	Kcal 938 Glú 118 Líp 28 Pro 48	24	JAIA
1° Lekak		1° Indaba zuriak azarekin		1° Barazki krea		1° Hiru gutuziako arroza			
2° Gluten gabeko espagetiak boloinesar erara		2° Legatz errea tomate entsaladarekin		2° Patata tortila piperrekin		2° Oilasko errea uhazarekin			
Postrea Fruta	Ogia Integrala	Postrea Fruta	Ogia Integrala	Postrea Sojazko Jogurta	Ogia Integrala	Postrea Fruta	Ogia Integrala		
27	Kcal 892 Glú 123 Líp 34 Pro 18	28	Kcal 849 Glú 107 Líp 29 Pro 42	29	Kcal 670 Glú 90 Líp 19 Pro 38	30	Kcal 982 Glú 92 Líp 45 Pro 55		
1° Arroz entsalada		1° Garbantzuak zerbekin		1° Gluten gabeko fideua		ERRESUNA BATUA MENUA			
2° Oilasko bularkia plantxan		2° Legatza errioxar erara		2° Indioilar gisatua barregorriekin		1°-2° Gluten gabeko haragi pastela - Fish and Chips			
Postrea Fruta	Ogia Integrala	Postrea Fruta	Ogia Integrala	Postrea Sojazko Jogurta	Ogia Integrala	Postrea Fruta	Ogia Integrala		

