



Azkorri Ikastetxea

Abril 2021
Menú Basal



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

12 Kcal 894 Glú 120 Líp 35 Pro 30
 1° Lentejas con verduras/Crema de zanahoria
 2° San jacobó
 Postre Fruta Pan integral
 Cena: Verdura, pescado, lácteo

13 Kcal 821 Glú 112 Líp 26 Pro 38
 1° Macarrones con tomate y huevo cocido/Coles
 2° Merluza al horno con verduras
 Postre Yogur Pan integral
 Cena: Puré, carne, fruta

14 Kcal 838 Glú 85 Líp 39 Pro 41
 1° Crema de verduras/Ensalada mixta
 2° Lomo asado con puré de patata
 Postre Fruta Pan integral
 Cena: Arroz, huevo, lácteo

15 Kcal 853 Glú 109 Líp 25 Pro 53
 1° Alubias blancas con chorizo/Brócoli
 2° Zapatero con tomate
 Postre Fruta Pan integral
 Cena: Verdura, pescado, lácteo

16 Kcal 812 Glú 131 Líp 26 Pro 20
 1° Ensalada campera
 2° Arroz con tomate y huevo frito
 Postre Fruta Pan integral
 Cena: Patatas, pescado, lácteo

19 Kcal 665 Glú 87 Líp 17 Pro 43
 1° Crema de verduras/Ensalada de pasta
 2° Guisado de pavo a la jardinera
 Postre Fruta Pan integral
 Cena: Arroz, huevo, lácteo

20 Kcal 650 Glú 80 Líp 27 Pro 24
 1° Alubias rojas con chorizo/Borraja
 2° Atún a la riojana
 Postre Fruta Pan integral
 Cena: Verdura, carne, lácteo

21 Kcal 899 Glú 112 Líp 36 Pro 37
 1° Paella/Porrusalda
 2° Merluza a la romana con lechuga
 Postre Fruta Pan integral
 Cena: Patatas, carne, lácteo

22 Kcal 901 Glú 99 Líp 26 Pro 61
 1° Sopa de fideo/Vainas con patatas
 2° Pollo asado con verduras
 Postre Yogur Pan integral
 Cena: Puré, pescado, fruta

23 Kcal 798 Glú 125 Líp 21 Pro 33
 1° Garbanzos con calabaza/Coliflor
 2° Tortilla de patata con lechuga
 Postre Fruta Pan integral
 Cena: Verdura, carne, lácteo

26 Kcal 694 Glú 91 Líp 26 Pro 31
 1° Patatas en sala verde/Guisantes con jamón
 2° Bacalao con pisto
 Postre Yogur Pan integral
 Cena: Puré, carne, fruta

27 Kcal 849 Glú 117 Líp 20 Pro 56
 1° Alubias blancas con verduras/Coles
 2° Guisado de ternera con champiñones
 Postre Fruta Pan integral
 Cena: Verdura, pescado, lácteo

28 Kcal 912 Glú 128 Líp 30 Pro 37
 1° Arroz integral con verduras/Brócoli
 2° Hamburguesas en salsa
 Postre Fruta Pan integral
 Cena: Patatas, huevo, lácteo

29 Kcal 804 Glú 113 Líp 26 Pro 34
 1° Magnolias con tomate y bonito/Menestra de verduras
 2° Merluza a la riojana
 Postre Fruta Pan integral
 Cena: Verdura, carne, lácteo

30 Kcal 828 Glú 84 Líp 34 Pro 50
 1° Garbanzos con chorizo/Crema calabaza
 2° Milanesa de pollo
 Postre Fruta Pan integral
 Cena: Arroz, pescado, lácteo

