

HILEKO MENUA - MENÚ MENSUAL

askóra

2018

udaberria-primavera





Proteina purea 3 / Puré de proteína 3

Sukaldean, egunero prestatzen dira pureak produktu ekologiko edo/eta bertakoak erabiliz (sasoian dauden produktuen arabera).
En la cocina se preparan diariamente purés utilizando productos ecológicos y/o locales (siempre que la estacionalidad lo permita).



Leka
Vaina



Azenarioia
Zanahoria



Porrúa
Puerro



Patata
Patata



Tomatea
Tomate



Kalabazina
Calabacín



Kalabaza
Calabaza



Txahalkia
Ternera



Hegaztia
Ave



Arrain zuria
Pescado blanco



Gorringoa
Yema

Astelehena Lunes

Asteartea Martes

Asteazkena Miércoles

Osteguna Jueves

Ostirala Viernes

Astea
Semana
1

Leka, patata, azenarioia, arrautza
Vaina, patata, zanahoria, huevo

Tomatea, porrua, kalabazina, txahalkia
Tomate, puerro, calabacín, ternera

Kalabaza, leka, patata, arraina
Calabaza, vaina, patata, pescado

Azenarioia, tomatea, porrua, txahalkia
Zanahoria, tomate, puerro, ternera

Kalabazina, kalabaza, leka, hegaztia
Calabacín, calabaza vaina, ave

Astea
Semana
2

Patata, azenarioia, tomatea, txahalkia
Patata, zanahoria, tomate, ternera

Porrúa, kalabazina, kalabaza, hegaztia
Puerro, calabacín, calabaza, ave

Leka, patata, azenarioia, arraina
Vaina, patata, zanahoria, pescado

Tomatea, porrua, kalabazina, arrautza
Tomate, puerro, calabacín, huevo

Kalabaza, leka, patata, txahalkia
Calabaza, vaina, patata, ternera

Astea
Semana
3

Azenarioia, tomatea, porrua, hegaztia
Zanahoria, tomate, puerro, ave

Kalabazina, kalabaza, leka, txahalkia
Calabacín, calabaza, vaina, ternera

Patata, azenarioia, tomatea, arrautza
Patata, zanahoria, tomate, huevo

Porrúa, kalabazina, kalabaza, txahalkia
Puerro, calabacín, calabaza, ternera

Leka, patata, azenarioia, arraina
Vaina, patata, zanahoria, pescado

Astea
Semana
4

Tomatea, porrua, kalabazina, txahalkia
Tomate, puerro, calabacín, ternera

Kalabaza, leka, patata, arrautza
Calabaza, vaina, patata, huevo

Azenarioia, tomatea, porrua, txahalkia
Zanahoria, tomate, puerro, ternera

Kalabazina, kalabaza, leka, hegaztia
Calabacín, calabaza vaina, ave

Patata, azenarioia, tomatea, arraina
Patata, zanahoria, tomate, pescado

Astea
Semana
5

Porrúa, kalabazina, kalabaza, hegaztia
Puerro, calabacín, calabaza, ave

Leka, patata, azenarioia, arraina
Vaina, patata, zanahoria, pescado

Tomatea, porrua, kalabazina, arrautza
Tomate, puerro, calabacín, huevo

Kalabaza, leka, patata, txahalkia
Calabaza, vaina, patata, ternera

Azenarioia, tomatea, porrua, hegaztia
Zanahoria, tomate, puerro, ave

Barazkiak aldatu daitezke tolerantziaren arabera eta aurretik eskatuta. Las verduras podrán cambiarse en función de la tolerancia, con previo aviso.

Eguneroko postrea: Azukretu gabeko jogurt naturala / Eguneroko askaria: Fruta natural txikitua
Postre diario: Yogur natural no azucarado / Merienda diaria: Frutas naturales trituradas

