

HILEKO MENUA - MENÚ MENSUAL

askóra

2018

Uda - Verano



Jaitsi menua zure mugikorrean eta kontsultatu ALERGENOAK!  
¡Descárgate el menú en tu móvil y consulta LOS ALÉRGICOS!



ASTELEHENA / LUNES

2

- Makarroiak tomatearekin
- Macarrones con tomate
- Oilasko iztar errea letxugarekin
- Muslo de pollo asado con lechuga
- Sasoiko fruta
- Fruta de temporada

ASTEARTEA / MARTES

3

- Txitxirioak barazkiekin
- Garbanzos con verduras
- Urdaiazpiko kroketak entsaladarekin
- Croquetas de jamón con ensalada
- Jogurta
- Yogur

ASTEAZKENA / MIERCOLES

4

- Brokolia birfrijituarekin
- Brócoli con refrito
- Patata tortilla letxugarekin
- Tortilla de patatas con lechuga
- Sasoiko fruta
- Fruta de temporada

OSTEGUNA / JUEVES

5

- Hegazti zopa
- Sopa de fideos
- Txerri tunka gisatua
- Cabezada guisada
- Jogurta
- Yogur

OSTIRALA / VIERNES

6

- Lekak azenario eta patatarekin
- Vainas con zanahoria y patata
- Bakailao irineztatua limoiarekin
- Bacalao rebozado con limón
- Sasoiko fruta
- Fruta de temporada

9

- Barazki menestra
- Menestra de verduras
- Pernila barrengorriekin
- Pernil con champiñones
- Sasoiko fruta
- Fruta de temporada

10

- Hiru deliziadun arroza
- Arroz tres delicias
- Legatza barazki saltsan
- Merluza en salsa casera
- Izozkia
- Helado

11

- Dilistak barazkiekin
- Lentejas con verduras
- Oilasko bularkia piperrekin
- Pechuga de pollo con pimientos
- Sasoiko fruta
- Fruta de temporada

12

- Kalabazin krema
- Crema de calabacín
- Albondigak ehiztari saltsan
- Albóndigas en salsa cazadora
- Jogurta
- Yogur

13

- Babarrun gorriak barazkiekin
- Alubias rojas con verduras
- Tortilla frantsesa entsaladarekin
- Tortilla francesa con ensalada
- Sasoiko fruta
- Fruta de temporada

16

- Arroza tomatearekin
- Arroz con tomate
- Saltxitxak tomate saltsan
- Salchichas en salsa de tomate
- Sasoiko fruta
- Fruta de temporada

17

- Lau barazki porea
- Puré de cuatro verduras
- Zankarra tomatearekin
- Zancarrón con tomate
- Jogurta
- Yogur

18

- Kiribilkiak tomate eta gaztarekin
- Espirales con tomate y queso
- Legatza labeen limoi saltsan
- Merluza al horno en salsa de limón
- Melokotoia urazukretan
- Melocotón en almíbar

19

- Porrupatatak
- Puerros con patata
- Oilasko izterra piperrekin
- Muslo de pollo con pimientos
- Jogurta
- Yogur

20

- Dilistak txorizoarkein
- Lentejas con chorizo
- Abadira andaluziar eran barrengorriekin
- Abadejo a la andaluza champiñones
- Sasoiko fruta
- Fruta de temporada

23

- Azalorea birfrijituarekin
- Coliflor con refrito
- Patata tortilla letxugarekin
- Tortilla de patatas con lechuga
- Sasoiko fruta
- Fruta de temporada

24

- Babarrun zuriak barazkiekin
- Alubias blancas con verduras
- Legatza limoi saltsan
- Merluza en salsa de limón
- Jogurta
- Yogur

25

JAI EGUNA/  
FESTIVO

26

- Makarroiak tomate naturalarekin
- Macarrones con tomate natural
- Bakailaoa piper saltsan
- Bacalao en salsa de pimientos
- Bainilazko natillak
- Natillas de vainilla

27

- Fideo zopa
- Sopa de fideos
- Oilasko gisatua
- Pollo guisado
- Sasoiko fruta
- Fruta de temporada

30

- Dilistak barazkiekin
- Lentejas con verduras
- Arrautza birrineztatua letxugarekin
- Huevos empanados con lechuga
- Sasoiko fruta
- Fruta de temporada

31

LOIOLAKO SAN  
INAZIO/  
SAN IGNACIO DE  
LOYOLA

EGUN BERDEETAN  
EKOLOGIKOA ETA/EDO  
BERTAKOA JANGO DUGU.  
LOS DÍAS VERDES  
COMEMOS  
ECOLÓGICO Y/O LOCAL.

**OHARRA:** Osoan programatuta dauden barazkiak, purean eskeini ahal dira, alde zurretik eskatuta.  
**NOTA:** Las verduras que están programadas en entero, se pueden ofrecer en puré con previo aviso.

askóra



GLUTENA

ARRAUTZAK

ARRAINA

MOLUSKUAK

KRUSTAZEOK

ESNEKIAK

APIOA

SESAMO ALEAK

OSKOLDUN

KAKAHUETEAK

SOJA

ESKUZURIK

MOSTAZA

SO<sub>2</sub>SUFRE DIOXIDOA  
ETA SULFITOAK  
DIOXIDO DE AZUFRE  
Y SULFITOS



ASTELEHENA / LUNES

ASTEARTEA / MARTES

ASTEAZKENA / MIERCOLES

OSTEGUNA / JUEVES

OSTIRALA / VIERNES

6

-Makarroiak tomatearekin  
-Macarrones con tomate  
-Oilasko burduntzia piperrekin  
-Brocheta de pollo con pimientos  
-Sasoiko fruta  
-Fruta de temporada

13

-Dilistak barazkiekin  
-Lentejas con verduras  
-Saltxitxak barrengorriekin  
-Salchichas con champiñones  
-Sasoiko fruta  
-Fruta de temporada

20

-Arroza tomatearekin  
-Arroz con tomate  
-Oilasko bokaditoak piperrekin  
-Bocaditos de pollo con pimientos  
-Sasoiko fruta  
-Fruta de temporada

27

-Azalorea birfrijituarekin  
-Coliflor con refrito  
-Urdaiazpiko eta gazta liburuxkak  
-Libritos de jamón y queso  
-Sasoiko fruta  
-Fruta de temporada

7

-Babarrun gorri begetarianoak  
-Alubias rojas vegetarianas  
-Abadira andaluziar eran barrengorriekin  
-Abadejo a la andaluza champiñones  
-Jogurta  
-Yogur

14

-Hiru deliziadun arroza  
-Arroz tres delicias  
-Bakailaoa bizkaitar eran  
-Bacalao a la vizcaína  
-Gazta irasagarrarekin  
-Queso con membrillo

21

-Ilarrak urdaiazpikoarekin  
-Guisantes con jamón  
-Txerriki gisatua barazkiekin  
-Guiso de cerdo con verduras  
-Jogurta  
-Yogur

28

-Txixirioak barazkiekin  
-Garbanzos con verduras  
-Legatza irineztatua limoiarekin  
-Merluza rebozada con limón  
-Jogurta  
-Yogur

1

-Barazkidun paella  
-Paella de verduras  
-Oilasko hegoak barrengorriekin  
-Alas de pollo con champiñones  
-Sasoiko fruta  
-Fruta de temporada

8

-Brokolia birfrijituarekin  
-Brócoli con refrito  
-Patata tortilla entsaladarekin  
-Tortilla de patatas con ensalada  
-Sasoiko fruta  
-Fruta de temporada

15

JAI EGUNA/  
FESTIVO

22

-Kiribilkiak tomate eta gaztarekin  
-Espirales con tomate y queso  
-Legatza irineztatua limoiarekin  
-Merluza rebozada con limón  
-Sasoiko fruta  
-Fruta de temporada

29

-Lekak patatekin  
-Vainas con patatas  
-Biribilkiak barazki saltsan  
-Albóndigas en salsa de verduras  
-Sasoiko fruta  
-Fruta de temporada

2

-Barazki menestra  
-Menestra de verduras  
-Biribilkiak barazki saltsan  
-Albóndigas en salsa de verduras  
-Jogurta  
-Yogur

9

-Hegazti zopa  
-Sopa de fideos  
-Txerriki gisatua barazkiekin  
-Guiso de cerdo con verduras  
-Jogurta  
-Yogur

16

-Babarrun zuri erregosiak  
-Alubias blancas estofadas  
-Arrautza birrineztatuak letxugarekin  
-Huevos empanados con lechuga  
-Izozkia  
-Helado

23

-Barazki menestra  
-Menestra de verduras  
-Txahal biribilkia lorezain saltsan  
-Redondo de ternera en salsa jardinera  
-Jogurta  
-Yogur

30

-Makarroiak tomatearekin  
-Macarrones con tomate  
-Abadira andaluziar eran barrengorriekin  
-Abadejo a la andaluza champiñones  
-Bainilazko natillak  
-Natillas de vainilla

3

-Txixirio gisatuak  
-Garbanzos guisados  
-Bakailaoa bizkaitar eran  
-Bacalao a la vizcaína  
-Sasoiko fruta  
-Fruta de temporada

10

-Lekak azenario eta patatekin  
-Vainas con zanahoria y patata  
-Legatza saltsa berdean  
-Merluza en salsa verde  
-Fruta konpota  
-Compota de frutas

17

-Porrupataak  
-Puerros con patata  
-Hamburgesak barazki saltsan  
-Hamburguesas en salsa de verduras  
-Sasoiko fruta  
-Fruta de temporada

24

-Dilista begetarianoak  
-Lentejas vegetarianas  
-Patata tortilla entsaladarekin  
-Tortilla de patatas con ensalada  
-Sasoiko fruta  
-Fruta de temporada

31

-Fideo zopa  
-Sopa de fideos  
-Indioilar gisatua patatekin  
-Pavo guisado con patatas  
-Sasoiko fruta  
-Fruta de temporada

EGUN BERDEETAN  
EKOLOGIKOA ETA/EDO  
BERTAKOA JANGO DUGU.  
LOS DÍAS VERDES  
COMEMOS  
Ecológico y/o Local.

**OHARRA:** Osoan programatuta dauden barazkiak, purean eskeini ahal dira, aldez aurretik eskatuta.  
**NOTA:** Las verduras que están programadas en entero, se pueden ofrecer en puré con previo aviso.

askóra



GLUTENA

ARRAUTZAK

ARRAINA

MOLUSKUAK

KRUSTAZEOK

ESNEKIAK

APIOA

SESAMO ALEAK

OSKOLDUN

KAKAHUETAK

SOJA

ESKUZURIK

MOSTAZA

SO<sub>2</sub>SUFRE DIOXIDOA  
ETA SULFITOAK  
DIOXIDO DE AZUFRE  
Y SULFITOS