

URTEKO MENUA - MENÚ ANUAL

askóra



# Proteina purea 4 / Puré de proteína 4



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).



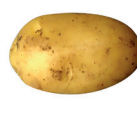
**Leka**  
Vaina



**Azenarioa**  
Zanahoria



**Porrua**  
Puerro



**Patata**  
Patata



**Kalabaza**  
Calabaza



**Kalabazina**  
Calabacín



**Txahalkia**  
Ternera



**Hegaztia**  
Ave



**Arrain zuria**  
Pescado blanco



**Gorringoa**  
Yema



**Arroza / Pasta**  
Arroz / Pasta



**Lekalea**  
Legumbre

## Astelehena Lunes

## Asteartea Martes

## Atezkena Miércoles

## Martxes I\_ Hsctcq

## Martxep\_j\_ TgcpIcq

ASTE 1

Porrua, patata,  
azenarioa, kalabaza,  
hegaztia  
Puerro, patata,  
zanahoria, calabaza,  
ave

Porrua, patata,  
azenarioa,  
kalabazina, txahalkia  
Puerro, patata,  
zanahoria, calabacín,  
ternera

Porrua, patata,  
azenarioa, leka,  
hegaztia, arrain zuria  
Puerro, patata,  
zanahoria, vaina, ave,  
pescado blanco

Porrua, patata,  
azenarioa, kalabaza,  
txahalkia, arroza-lekale  
Puerro, patata,  
zanahoria, calabaza,  
ternera, arroz-legumbre

Porrua, patata,  
azenarioa, kalabazina,  
hegaztia, arrautza  
Puerro, patata,  
zanahoria, calabacín,  
ave, huevo

ASTE 2

Porrua, patata,  
azenarioa, kalabaza,  
hegaztia  
Puerro, patata,  
zanahoria, calabaza,  
ave

Porrua, patata,  
azenarioa,  
kalabazina, txahalkia  
Puerro, patata,  
zanahoria, calabacín,  
ternera

Porrua, patata,  
azenarioa, leka,  
hegaztia, arrain zuria  
Puerro, patata,  
zanahoria, vaina, ave,  
pescado blanco

Porrua, patata,  
azenarioa, kalabaza,  
txahalkia, pasta-lekale  
Puerro, patata,  
zanahoria, calabaza,  
ternera, pasta-legumbre

Porrua, patata,  
azenarioa, kalabazina,  
hegaztia, arrautza  
Puerro, patata,  
zanahoria, calabacín,  
ave, huevo

ASTE 3

Porrua, patata,  
azenarioa, kalabaza,  
hegaztia  
Puerro, patata,  
zanahoria, calabaza,  
ave

Porrua, patata,  
azenarioa,  
kalabazina, txahalkia  
Puerro, patata,  
zanahoria, calabacín,  
ternera

Porrua, patata,  
azenarioa, leka,  
hegaztia, arrain zuria  
Puerro, patata,  
zanahoria, vaina, ave,  
pescado blanco

Porrua, patata,  
azenarioa, kalabaza,  
txahalkia, arroza-lekale  
Puerro, patata,  
zanahoria, calabaza,  
ternera, arroz-legumbre

Porrua, patata,  
azenarioa, kalabazina,  
hegaztia, arrautza  
Puerro, patata,  
zanahoria, calabacín,  
ave, huevo

ASTE 4

Porrua, patata,  
azenarioa, kalabaza,  
hegaztia  
Puerro, patata,  
zanahoria, calabaza,  
ave

Porrua, patata,  
azenarioa,  
kalabazina, txahalkia  
Puerro, patata,  
zanahoria, calabacín,  
ternera

Porrua, patata,  
azenarioa, leka,  
hegaztia, arrain zuria  
Puerro, patata,  
zanahoria, vaina, ave,  
pescado blanco

Porrua, patata,  
azenarioa, kalabaza,  
txahalkia, pasta-lekale  
Puerro, patata,  
zanahoria, calabaza,  
ternera, pasta-legumbre

Porrua, patata,  
azenarioa, kalabazina,  
hegaztia, arrautza  
Puerro, patata,  
zanahoria, calabacín,  
ave, huevo

ASTE 5

Porrua, patata,  
azenarioa, kalabaza,  
hegaztia  
Puerro, patata,  
zanahoria, calabaza,  
ave

Porrua, patata,  
azenarioa,  
kalabazina, txahalkia  
Puerro, patata,  
zanahoria, calabacín,  
ternera

Porrua, patata,  
azenarioa, leka,  
hegaztia, arrain zuria  
Puerro, patata,  
zanahoria, vaina, ave,  
pescado blanco

Porrua, patata,  
azenarioa, kalabaza,  
txahalkia, arroza-lekale  
Puerro, patata,  
zanahoria, calabaza,  
ternera, arroz-legumbre

Porrua, patata,  
azenarioa, kalabazina,  
hegaztia, arrautza  
Puerro, patata,  
zanahoria, calabacín,  
ave, huevo

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



**askóra**



askora.com • t 943 317 036 • f 943 217 242

Edificio Blanca Vinuesa. c/Portuete 16 (Of. 4) • 20018 Donostia - San Sebastián (Gipuzkoa)