

TABLA DE MULTIPLICAR

1 por 0 es 0	4 por 4 son 16	7 por 8 son 56
1 por 1 es 1	4 por 5 son 20	7 por 9 son 63
1 por 2 son 2	4 por 6 son 24	
1 por 3 son 3	4 por 7 son 28	
1 por 4 son 4	4 por 8 son 32	
1 por 5 son 5	4 por 9 son 36	
1 por 6 son 6		
1 por 7 son 7		
1 por 8 son 8		
1 por 9 son 9		
	5 por 0 es 0	8 por 0 es 0
	5 por 1 son 5	8 por 1 son 8
	5 por 2 son 10	8 por 2 son 16
	5 por 3 son 15	8 por 3 son 24
	5 por 4 son 20	8 por 4 son 32
	5 por 5 son 25	8 por 5 son 40
	5 por 6 son 30	8 por 6 son 48
	5 por 7 son 35	8 por 7 son 56
	5 por 8 son 40	8 por 8 son 64
	5 por 9 son 45	8 por 9 son 72
	9 por 0 es 0	9 por 0 es 0
	9 por 1 son 9	9 por 1 son 9
	9 por 2 son 18	9 por 2 son 18
	9 por 3 son 27	9 por 3 son 27
	9 por 4 son 36	9 por 4 son 36
	9 por 5 son 45	9 por 5 son 45
	9 por 6 son 54	9 por 6 son 54
	9 por 7 son 63	9 por 7 son 63
	9 por 8 son 72	9 por 8 son 72
	9 por 9 son 81	9 por 9 son 81



2011 / 2012

MENUA
MENÚ

askóra
askora.com



iraila

septiembre



SAN FIDEL IKASTOLA

AstelehenaLunes

AstearteaMartes

AsteazkenaMiércoles

OstegunaJueves

OstiralaViernes

1

2

5

6

7

- **Makarroi gainerreak**
- **Solomo freskoa** barrengorriekin
- Fruta
- **Macarrones gratinados**
- **Lomo fresco** con champiñones
- Fruta

8

- Kalabaza krema
- Oilasko izterra bere zukuan patatekin
- Esnekia
- Crema de calabaza
- Muslo de pollo en su jugo con patatas
- Postre lácteo

9

- Txixirio erregosiak barazkiekin
- **Ettxeko urdaiazpiko eta gazta erroilua** entsaladarekin
- Fruta
- Garbanzos guisados con verdura
- **Rollito de jamón y queso casero** con ensalada
- Fruta

12

- Lekak patatekin
- **Ettxeko oilasko bokaditoak** piperrekin
- Fruta
- Vainas con patatas
- **Bocaditos de pollo caseros** con pimientos
- Fruta

13

- Babarrun gorri erregosia tipula eta piperrekin
- Patata tortilla **tomate saltsarekin**
- Esnekia
- Alubia roja estofada con cebolla y pimientos
- Tortilla de patatas con **salsa de tomate**
- Postre lácteo

14

- **Pasta boloinesa erara**
- Merlenka xerra letxugarekin
- Fruta
- **Pasta a la boloñesa**
- Filete de pescadilla con lechuga
- Fruta

15

- Marmitako
- Txerri txuleta entsaladarekin
- **Izozkia**
- Marmitaco
- Chuleta de cerdo con ensalada
- **Helado**

16

- **Paella**
- Txahalkia lorezain erara
- Fruta
- **Paella**
- Ternera a la jardinera
- Fruta

19

- Dilista erregosiak porruarekin
- Platusa xerra patata erreekin
- Fruta
- Lentejas estofadas con puerro
- Filete de platija con patata panadera
- Fruta

20

- **Kalabazin krema**
- **Txahal albondigak** ilar eta azenarioarekin
- Esnekia
- **Crema de calabacín**
- **Albóndigas de ternera** con guisantes y zanahoria
- Postre lácteo

21

- **Espagetiak tomate saltsa xehearekin**
- **Saltxitxak** patata purearekin
- Fruta
- **Espaguetis con salsa fina de tomate**
- **Salchichas** con puré de patata
- Fruta

22

- Fideo zopa
- **Arrautza egosiak** piperradarekin
- Esnekia
- Sopa de fideos
- **Huevos cocidos** con piperrada
- Postre lácteo

23

- Arroza tomatearekin
- **Oilasko bularkia etxeko saltsan**
- Fruta
- Arroz con tomate
- **Pechuga de pollo en salsa casera**
- Fruta

26

- **Makarroiak karbonara erara**
- Abadira xerra bizkaitar erara
- Fruta
- **Macarrones a la carbonara**
- Filete de abadejo a la vizcaína
- Fruta

27

- Barazki-panaxea
- **Ettxeko urdaiazpiko eta gazta erroilua** entsaladarekin
- Esnekia
- Panaché de verduras
- **Rollito de jamón y queso casero** con ensalada
- Postre lácteo

28

- Arroza urdaiazpiko eta gaztarekin
- Tortilla frantsesa **tomate saltsarekin**
- Melokotoia urazukretan
- Arroz con **jamón York y queso**
- Tortilla francesa **con salsa de tomate**
- Melocotón en almíbar

29

- Patatak **errioxar erara**
- Oilasko baratxuri kutsuarekin
- Esnekia
- Patatas **a la riojana**
- Pollo al ajillo
- Postre lácteo

30

- Babarrun zuri erregosi begetarianoa
- **Txahal xerra plantxan** letxugarekin
- Fruta
- Alubia blanca estofada vegetariana
- **Filete de ternera a la plancha** con lechuga
- Fruta



askora.com

Edificio Blanca Vinuesa. C./Portuete 16, 2º Planta (Of. 4).
20018 Donostia-San Sebastián (Gipuzkoa).
Tel: 943 317 036 Fax: 943 217 242

Oharra: Dieta glutenik gabekoa dela ziurtatzeko, modu berezian prestatu edo erabiltzen diren jaki edo osagaiak laranjaz adierazita daude. / **Nota aclaratoria:** En naranja se resaltan aquellos alimentos o ingredientes que se utilizan o preparan de forma especial, para garantizar que la dieta esté exenta de gluten.

