

2022 Urtarrila / Enero

## Proteina pura B / Puré de proteína B



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



**Tomatea**  
Tomate



**Kalabazina**  
Calabacín



**Lekalea**  
Legumbre



**Kalabaza**  
Calabaza



**Txahalkia**  
Ternera



**Hegaztia**  
Ave



**Arrain zuria**  
Pescado blanco



**Gorringoa**  
Yema



**Arroza / Pasta**  
Arroz / Pasta

Astelehena Lunes	Asteartea Martes	Asteazkena Miércoles	Osteguna Jueves	Ostirala Viernes
3 Patata, azenarioa, tomate, txahalkia Patata, zanahoria, tomate, ternera	4 Porrua, kalabazina, kalabaza, pasta-lekalea Puerro, calabacín, calabaza, pasta-legumbre	5 Leka, patata, azenarioa, arraina Vaina, patata, zanahoria, pescado	6 Jai Eguna Festivo	7 Kalabaza, leka, patata, txahalkia Calabaza, vaina, patata, ternera
10 Azenarioa, tomate, porrua, hegaztia Zanahoria, tomate, puerro, ave	11 Kalabazina, kalabaza, leka, txahalkia Calabacín, calabaza, vaina, ternera	12 Patata, azenarioa, tomate, arrautza Patata, zanahoria, tomate, huevo	13 Porrua, kalabazina, kalabaza, arroza-lekalea Puerro, calabacín, calabaza, arroz-legumbre	14 Leka, patata, azenarioa, arraina Vaina, patata, zanahoria, pescado
17 Tomatea, porrua, kalabazina, txahalkia Tomate, puerro, calabacín, ternera	18 Kalabaza, leka, patata, arrautza Calabaza, vaina, patata, huevo	19 Azenarioa, tomate, porrua, pasta-lekalea Zanahoria, tomate, puerro, pasta-legumbre	20 Kalabazina, kalabaza, leka, hegaztia Calabacín, calabaza, vaina, ave	21 Patata, azenarioa, tomate, arraina Patata, zanahoria, tomate, pescado
24 Porrua, kalabazina, kalabaza, hegaztia Puerro, calabacín, calabaza, ave	25 Leka, patata, azenarioa, arraina Vaina, patata, zanahoria, pescado	26 Tomatea, porrua, kalabazina, arrautza Tomate, puerro, calabacín, huevo	27 Kalabaza, leka, patata, txahalkia Calabaza, vaina, patata, ternera	28 Azenarioa, tomate, porrua, hegaztia Zanahoria, tomate, puerro, ave

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



askóra



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

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