


























ASTELEHENA	ASTEARTEA	ASTEAZKENA	OSTEGUNA	OSTIRALA
		1	2	3
6	7	8	9	10
13	14	15	16	17
20	21 <i>KCAL.533 H.C.65 LIP.13 P.26</i> Makarroiak napolitana erara    Oilasko izter errea piperrekin Sasoiko fruta	22 <i>KCAL.386 H.C.54 LIP.6 P.27</i> Dilista gisatuak Bakailaoa labean etxeko tomate saltsarekin  Sasoiko fruta	23 <i>KCAL.434 H.C.36 LIP.8 P.12</i> Etxeko barazki menestra Patata tortila labean etxeko tomate saltsarekin   Jogurta 	24 <i>KCAL.374 H.C.58 LIP.3 P.21</i> Arroza entsalada Txerri ontzutua enpanatua perretxikoekin  Sasoiko fruta
27 <i>KCAL.446 H.C.48 LIP.9 P.18</i> Etxeko zopa fideoekin  Txahal lepoaldea Espainiar saltsan Sasoiko fruta	28 <i>KCAL.509 H.C.43 LIP.4 P.18</i> Porrupatata  Oilasko mokadutxoak piperrekin        Jogurta 	29 <i>KCAL.376 H.C.43 LIP.3 P.21</i> Barbarrun txuriak barazkiekin  Legatza labean txanpiñoiak tipulaztatuekin  Sasoiko fruta	30 <i>KCAL.514 H.C.67 LIP.22 P.12</i> Makarroiak baratxuri kutsuarekin  Urdaiazpiko tortilla entsalada nahasiarekin     Sasoiko fruta	

Nutrizio-balorazioaren bidez emandako datuak orientagarriak dira eta iturri bibliografikoetan daude oinarrituta, haur bakoitzaren jarduerara fisikoa, sexua eta adina kontutan hartu gabe. 40g-ko ogi razioa kontutan hartu da eta asteartero zerbitzen den ogia integrala da.

Menuaren diseinua:
Askorako Kalitate Saila

 Landare-proteina

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

		1	2	3
6	7	8	9	10
13	14	15	16	17
20 AZKEN EGUNA ÚLTIMO DÍA	21 <i>KCAL.533 H.C.65 LIP.13 P.26</i> Macarrones a la napolitana Muslo de pollo asado con pimientos Fruta de temporada	22 <i>KCAL.386 H.C.54 LIP.6 P.27</i> Lentejas guisadas Bacalao al horno con salsa casera de tomate Fruta de temporada	23 <i>KCAL.434 H.C.36 LIP.8 P.12</i> Menestra casera de verduras Tortilla de patata al horno con salsa de tomate natural Yogur	24 <i>KCAL.374 H.C.58 LIP.3 P.21</i> Ensalada de arroz Lomo adobado empanado con champiñones Fruta de temporada
27 <i>KCAL.446 H.C.48 LIP.9 P.18</i> Sopa casera de fideos Aguja de ternera en salsa española Fruta de temporada	28 <i>KCAL.509 H.C.43 LIP.4 P.18</i> Porrupatata Bocaditos de pollo con pimientos Yogur	29 <i>KCAL.376 H.C.43 LIP.3 P.21</i> Alubias blancas con verduras Merluza al horno con champiñon encebollado Fruta de temporada	30 <i>KCAL.514 H.C.67 LIP.22 P.12</i> Macarrones al ajillo Tortilla de jamón curado con ensalada mixta Fruta de temporada	

Los datos entregados mediante la valoración nutricional son orientativos y están basados en fuentes bibliográficas, sin tener en cuenta la actividad física, el sexo y la edad de cada niño. Se ha tenido en cuenta una ración de 40g de pan y cada martes el pan que se sirve es integral.

Diseño del menú:
Departamento de Calidad de Askora

 Proteína vegetal