

Proteina pura 4 / Puré de proteína 4

ABENDUA/ DICIEMBRE



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

1-2

Azenarioa, tomatea, porrua, arroza-lekalea
Zanahoria, tomate, puerro, arroz-legumbre

Kalabazina, kalabaza, leka, hegaztia
Calabacín, calabaza vaina, ave

5-9

Patata, azenarioa, tomatea, txahalkia
Patata, zanahoria, tomate, ternera

JAI FIESTA

Leka, patata, azenarioa, arraina
Vaina, patata, zanahoria, pescado

JAI FIESTA

Kalabaza, leka, patata, txahalkia
Calabaza, vaina, patata, ternera

12-16

Azenarioa, tomatea, porrua, hegaztia
Zanahoria, tomate, puerro, ave

Kalabazina, kalabaza, leka, txahalkia
Calabacín, calabaza, vaina, ternera

Patata, azenarioa, tomatea, arrautza
Patata, zanahoria, tomate, huevo

Porrua, kalabazina, kalabaza, arroza-lekalea
Puerro, calabacín, calabaza, arroz-legumbre

Leka, patata, azenarioa, arraina
Vaina, patata, zanahoria, pescado

17-23

Tomatea, porrua, kalabazina, txahalkia
Tomate, puerro, calabacín, ternera

Kalabaza, leka, patata, arrautza
Calabaza, vaina, patata, huevo

Azenarioa, tomatea, porrua, pasta-lekalea
Zanahoria, tomate, puerro, pasta-legumbre

Kalabazina, kalabaza, leka, hegaztia
Calabacín, calabaza vaina, ave

Patata, azenarioa, tomatea, arraina
Patata, zanahoria, tomate, pescado

26-30

Porrua, kalabazina, kalabaza, hegaztia
Puerro, calabacín, calabaza, ave

Leka, patata, azenarioa, arraina
Vaina, patata, zanahoria, pescado

Tomatea, porrua, kalabazina, arrautza
Tomate, puerro, calabacín, huevo

ponemos el
Sexto Sentido

askóra



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

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