

Urtarrila / Enero

Proteina purea 1 / Puré de proteína 1



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



Kalabaza
Calabaza



Txahalkia
Ternera



Hegaztia
Ave

2-5

Astelehena
Lunes

Asteartea
Martes

Asteazkena
Miércoles

Osteguna
Jueves

Ostirala
Viernes

8-12

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

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

Kalabaza, leka, patata, hegaztia
Calabaza, vaina, patata, ave

Azenarioa, tomatea, porrua, txahalkia
Zanahoria, tomate, puerro, ternera

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

15-19

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

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

Patata, azenarioa, tomatea, hegaztia
Patata, zanahoria, tomate, ave

Porrua, kalabazina, kalabaza, txahalkia
Puerro, calabacín, calabaza, ternera

Leka, patata, azenarioa, hegaztia
Vaina, patata, zanahoria, ave

22-26

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

Kalabaza, leka, patata, hegaztia
Calabaza, vaina, patata, ave

Azenarioa, tomatea, porrua, txahalkia
Zanahoria, tomate, puerro, ternera

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

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

29-31

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

Leka, patata, azenarioa, txahalkia
Vaina, patata, zanahoria, ternera

Tomatea, porrua, kalabazina, hegaztia
Tomate, puerro, calabacín, ave

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

ponemos el
Sexto Sentido

askóra



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

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