

Apirila / Abril

Proteina purea 4 / Puré de proteína 4



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

2-5

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

Kalabaza, leka,
patata, arraina
Calabaza, vaina,
patata, pescado

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

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

8-12

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

Porrua, kalabazina,
kalabaza, pasta-lekalea
Puerro, calabacín,
calabaza, pasta-legumbre

Leka, patata,
azzenarioa, arraina
Vaina, patata,
zanahoria, pescado

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

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

15-19

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,
azzenarioa, arraina
Vaina, patata,
zanahoria, pescado

22-26

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

29-30

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

Leka, patata,
azzenarioa, arraina
Vaina, patata,
zanahoria, pescado

Barazkiak aldatu daitezke tolerantziaren arabera eta aurretik eskatuta. Las verduras podrán cambiarse en función de la tolerancia, con previo aviso.

Eguneroko postrea: Azukretu gabeko jogurt naturala / Eguneroko askaria: Fruta natural txikitua

Postre diario: Yogur natural no azucarado / Merienda diaria: Frutas naturales trituradas



askóra



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

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