

HILEKO MENUA - MENÚ MENSUAL

askóra

2018-2019  
negua - inBierno



Jaitzi menua zure mugikorrean eta kontsultatu ALERGENOAK!  
Descárgate el menú en tu móvil y consulta LOS ALÉRGENOS!



# ur farrila / enero

ASTELEHENA / LUNES

ASTEARTEA / MARTES

ASTEAZKENA / MIÉRCOLES

OSTEGUNA / JUEVES

OSTIRALA / VIERNES

**1**

URTEBERRIA/  
AÑO NUEVO

**2**

JAI /  
FIESTA

**3**

JAI /  
FIESTA

**4**

JAI /  
FIESTA

**7**

- Makarroiak tomatearekin
- Macarrones con tomate
- Albondigak etxeko saltsan
- Albóndigas en salsa casera
- Esnekia
- Postre lácteo

**8**

- Kalabaza purea
- Puré de calabaza
- Txerri solomoa txanpiñoekin
- Lomo de cerdo con champiñones
- Sasoiko fruta
- Fruta de temporada

**9**

- Babarrun gorriak barazkiekin
- Alubias rojas con verduras
- Oilasko maukak piperrekin
- Bocaditos de pollo con pimientos
- Esnekia
- Postre lácteo

**10**

- Arroza tomatearekin
- Arroz con tomate
- Arraina labeen limoiarekin
- Pescado al horno con limón
- Sasoiko fruta
- Fruta de temporada

**11**

- Lekak azenarioarekin
- Vainas con zanahoria
- Patata tortilla entsaladarekin
- Tortilla de patatas con ensalada
- Esnekia
- Postre lácteo

**14**

- Dilistak barazkiekin
- Lentejas con verduras
- Frijitu anitzak letxugarekin
- Fritos variados con lechuga
- Esnekia
- Postre lácteo

**15**

- Makarroiak napolitana
- Macarrones napolitana
- Arraina irin arrautzetan maionesaz
- Pescado rebozado con mahonesa
- Sasoiko fruta
- Fruta de temporada

**16**

- Barazki menestra
- Menestra de verduras
- Oilasko iztar errea txanpiekin
- Muslo de pollo asado con champis
- Esnekia
- Postre lácteo

**17**

- Fideo zopa egosiekin
- Sopa de cocido con fideos
- Txahal xerra piperrekin
- Filete de ternera con pimientos
- Sasoiko fruta
- Fruta de temporada

**18**

- Arroza tomatearekin
- Arroz con tomate
- Arraina labeen limoiarekin
- Pescado al horno con limón
- Esnekia
- Postre lácteo

**21**

DONOSTIAKO EGUNA/  
DÍA DE SAN SEBASTIAN

**22**

- Arroza tomatearekin
- Arroz con tomate
- San Jakoboa letxugaz
- San Jacobos con lechuga
- Sasoiko fruta
- Fruta de temporada

**23**

- Espagetiak karbonaran
- Espaguetis a la carbonara
- Arraina saltsan
- Pescado en salsa
- Esnekia
- Postre lácteo

**24**

- Patatak errioxar erara
- Patatas a la riojana
- Bularki empanatua txip patatekin
- Pechuga empanada con chips
- Sasoiko fruta
- Fruta de temporada

**25**

- Babarrun zuri gisatuak
- Alubias blancas guisadas
- Patata tortilla letxugarekin
- Tortilla de patatas con lechuga
- Esnekia
- Postre lácteo

**28**

- Dilistak patatekin
- Lentejas con patatas
- Frijitu anitzak letxugarekin
- Fritos variados con lechuga
- Esnekia
- Postre lácteo

**29**

- Kalabazin purea
- Puré de calabacín
- Oilasko maukak txanpikiekin
- Bocaditos de pollo con champis
- Sasoiko fruta
- Fruta de temporada

**30**

- Arroza tomatearekin
- Arroz con tomate
- Tortilla frantsesa piperrekin
- Tortilla francesa con pimientos
- Esnekia
- Postre lácteo

**31**

- Brokolia baratxuri errearekin
- Brócoli con refrito
- Hegazti burruntzia entsaladaz
- Brocheta de ave con ensalada
- Sasoiko fruta
- Fruta de temporada

**OHARRA:** Osoan programatuta dauden barazkiak, pure texturan hartzeko aukera dago nahi duenarentzat.  
**NOTA:** Quien quiera tiene la opción de tomar las verduras programadas en entero, en textura puré.

EGUN BERDEETAN  
EKOLOGIKOA ETA/EDO  
BERTAKOA JANGO DUGU.  
LOS DÍAS VERDES  
COMEMOS  
ECOLÓGICO Y/O LOCAL.

askóra





# otsaila / febrero

ASTELEHENA / LUNES

ASTEARTEA / MARTES

ASTEAZKENA / MIÉRCOLES

OSTEGUNA / JUEVES

OSTIRALA / VIERNES

1

- Makarroiak tomatearekin
- Macarrones con tomate
- Arraina patatekin
- Pescado con patatas
- Esnekia
- Postre lácteo

8

- Babarrun gisatuak
- Alubias guisadas
- Arraina labean limoiarekin
- Pescado al horno con limón
- Esnekia
- Postre lácteo

15

- Arroza tomatearekin
- Arroz con tomate
- Urdaiazpiko tortilla entsaladarekin
- Tortilla de jamón con ensalada
- Esnekia
- Postre lácteo

22

- Arroza tomatearekin
- Arroz con tomate
- Frijitu anitzak letxugarekin
- Fritos variados con lechuga
- Esnekia
- Postre lácteo

EGUN BERDEETAN  
EKOLOGIKOA ETA/EDO  
BERTAKOA JANGO DUGU.  
LOS DÍAS VERDES  
COMEMOS  
ECOLÓGICO Y/O LOCAL.

## askóra

4

- Porruptatak
- Puerros con patata
- Albondigak etxeko saltsan
- Albóndigas en salsa casera
- Esnekia
- Postre lácteo

11

- Dilista gisatuak
- Lentejas guisadas
- San Jakoboa letxugaz
- San Jacobos con lechuga
- Esnekia
- Postre lácteo

18

- Makarroiak tomatearekin
- Macarrones con tomate
- Solomoa entsaladarekin
- Lomo con ensalada
- Esnekia
- Postre lácteo

25

- Dilistak barazkiekin
- Lentejas con verduras
- Txahalki gisatua
- Ternera guisada
- Esnekia
- Postre lácteo

5

- Makarroiak tomate eta gaztarekin
- Macarrones con tomate y queso
- Patata tortilla entsaladaz
- Tortilla de patatas con ensalada
- Sasoiko fruta
- Fruta de temporada

12

- Lekak patatekin
- Vainas con patatas
- Arraina irin arrautzetan limoiak
- Pescado rebozado con limón
- Sasoiko fruta
- Fruta de temporada

19

- Babarrun zuriak barazkiekin
- Alubias blancas con verduras
- Arraina labean limoiarekin
- Pescado al horno con limón
- Sasoiko fruta
- Fruta de temporada

26

- Arroza tomatearekin
- Arroz con tomate
- Frijitu anitzak letxugarekin
- Fritos variados con lechuga
- Sasoiko fruta
- Fruta de temporada

6

- Arroza tomatearekin
- Arroz con tomate
- Arrain epanatua maionesaz
- Pescado empanado con mahonesa
- Esnekia
- Postre lácteo

13

- Espagetiak karbonaran
- Espaguetis a la carbonara
- Saltxitxak patata purearekin
- Salchichas con puré de patata
- Esnekia
- Postre lácteo

20

- Patatak errioxar erara
- Patatas a la riojana
- Hamburgesa entsaladarekin
- Hamburguesa con ensalada
- Esnekia
- Postre lácteo

27

- Barazki menestra
- Menestra de verduras
- Bularki epanatua piperrekin
- Pechugas empanadas y pimientos
- Esnekia
- Postre lácteo

7

- Patatak errioxar erara
- Patatas a la riojana
- Bularki epanatua piperrekin
- Pechuga empanada con pimientos
- Melokotoia urazukretan
- Melocotón en almíbar

14

- Kalabaza purea
- Puré de calabaza
- Indioilar gisatua
- Pavo guisado
- Sasoiko fruta
- Fruta de temporada

21

- Lekak olio errearekin
- Vainas con refrito
- Arraina irin arrautzetan limoiak
- Pescado rebozado con limón
- Sasoiko fruta
- Fruta de temporada

28

- Fideo zopa
- Sopa de fideos
- Albondigak etxeko saltsan
- Albóndigas en salsa casera
- Sasoiko fruta
- Fruta de temporada

**OHARRA:** Osoan programatuta dauden barazkiak, pure texturan hartzeko aukera dago nahi duenarentzat.

**NOTA:** Quien quiera tiene la opción de tomar las verduras programadas en entero, en textura puré.

GLUTENA  
GLUTENARRAUTZAK  
HUEVOSARRAINA  
PESCADOMOLUSKUAK  
MOLUSCOSKRUSTAZEOAK  
CRUSTÁCEOSESNEKIAK  
LÁCTEOSAPIOA  
APIOSESAMO ALEAK  
GRANOS  
DE SESAMOOSKOLDUN  
FRUITUAK  
FRUTOS  
DE CÁSCARAKAKAHUETEAK  
CACAHUETESSOJA  
SOJAESKUZURIAK  
ALTRAMUCESMOSTAZA  
MOSTAZASUFRE DIOXIDO  
ETA SULFITOAK  
DIOXÍDO DE AZUFRE  
Y SULFITOS



# martxoa / marzo

ASTELEHENA / LUNES

ASTEARTEA / MARTES

ASTEAZKENA / MIÉRCOLES

OSTEGUNA / JUEVES

OSTIRALA / VIERNES

4

ASTELEHEN INAUTERIA/  
LUNES CARNAVAL

5

Astearte inauteria  
Martes de carnaval

- Espagetiak aukeran
- Espaguetis al gusto
- Solomoa txanpiekin
- Lomo con champis
- Sasoiko fruta
- Fruta de temporada

6

Hausterre Eguna  
Miércoles de ceniza

- Babarrun zuri gisatuak
- Alubias blancas guisadas
- Tortilla frantsesa letxugaz
- Tortilla francesa con lechuga
- Esnekia
- Postre lácteo

7

- Kalabaza purea
- Puré de calabaza
- Oilasko aukak piperrekin
- Bocaditos de pollo con pimientos
- Melokotoia urazaukretan
- Melocotón en almíbar

8

Bijilia  
Vigilia

- Arroza aukeran
- Arroz al gusto
- Arraina labean limoiaz
- Pescado al horno con limon
- Esnekia
- Postre lácteo

11

- Lekak patataekin
- Vainas con patatas
- San Jakobok letxugaz
- San Jacobos con lechuga
- Esnekia
- Postre lácteo

12

- Fideo zopa
- Sopa de fideos
- Arrain enpanatua maionesaz
- Pescado empanado con mahonesa
- Sasoiko fruta
- Fruta de temporada

13

- Arroza tomatearekin
- Arroz con tomate
- Frijitu anitzak letxugarekin
- Fritos variados con lechuga
- Esnekia
- Postre lácteo

14

- Dilistak barazkiekin
- Lentejas con verduras
- Txahal xerra piperrekin
- Filete de ternera con pimientos
- Sasoiko fruta
- Fruta de temporada

15

Bijilia  
Vigilia

- Makarroiak tomatearekin
- Macarrones con tomate
- Arraina saltsan
- Pescado en salsa
- Esnekia
- Postre lácteo

18

ZUBIA/  
PUENTE

19

SAN JOSE/  
SAN JOSÉ

20

- Espagetiak karbonaran
- Espaguetis a la carbonara
- Hamburguesak entsaladarekin
- Hamburguesas con ensalada
- Esnekia
- Postre lácteo

21

- Brokolia birfrijituarekin
- Brócoli con refrito
- Cabezada de cerdo estofada
- Txerri tunka erregosia
- Sasoiko fruta
- Fruta de temporada

22

Bijilia  
Vigilia

- Babarrun zuriak barazkiekin
- Alubias blancas con verduras
- Patata tortilla letxugarekin
- Tortilla de patatas con lechuga
- Esnekia
- Postre lácteo

25

- Dilistak barazkiekin
- Lentejas con verduras
- Frijitu anitzak letxugarekin
- Fritos variados con lechuga
- Esnekia
- Postre lácteo

26

- Makarroiak aukeran
- Macarrones al gusto
- Arrain enpanatua maionesaz
- Pescado empanado con mahonesa
- Sasoiko fruta
- Fruta de temporada

27

- Barazki menestra
- Menestra de verduras
- Oilasko iztar errea txanpiekin
- Muslo de pollo asado con champis
- Esnekia
- Postre lácteo

28

- Patatak errioxar erara
- Patatas a la riojana
- Arraina labean limoiaz
- Pescado al horno con limon
- Sasoiko fruta
- Fruta de temporada

29

Bijilia  
Vigilia

- Arroza tomatearekin
- Arroz con tomate
- Patata tortilla entsaladaz
- Tortilla de patatas con ensalada
- Esnekia
- Postre lácteo

EGUN BERDEETAN  
EKOLOGIKOA ETA/EDO  
BERTAKOJA JANGO DUGU.  
LOS DÍAS VERDES  
COMEMOS  
ECOLÓGICO Y/O LOCAL.

**OHARRA:** Osoan programatuta dauden barazkiak, pure texturan hartzeko aukera dago nahi duenarentzat.

**NOTA:** Quien quiera tiene la opción de tomar las verduras programadas en entero, en textura puré.



askóra