



OGI INTEGRALA



ANIMALIA-
PROTEINARIK GABE



APIRILA 2025

TXERRIRIK GABE

EUSKO JAURLARITZA



GOBIERNO VASCO

		1		2		3		4	
		Makarroi salteatuak baratzuri eta txanpinoiekin Oilasko bularkia Letxuga, erremolatxa eta artoa Fruta eta Ogia 800,8Kcal - Prot:41,4g - Lip:27,5g - HC:88,9g AGS:3,0g - Azúcares:13,4g - Sal:1,9g	Txitxirioak kinoarekin Legatza saltsa berdean * Fruta eta Ogi integrala 668,8Kcal - Prot:20,3g - Lip:20,4g - HC:79,0g AGS:3,7g - Azúcares:19,8g - Sal:4,1g	Azenario krema Makailu kroketak Piperrak labean Jogur naturala EKO eta Ogia 679,2Kcal - Prot:29,1g - Lip:20,1g - HC:67,5g AGS:4,3g - Azúcares:17,3g - Sal:2,5g		Dilistak barazkiekin Txahalki erregosia barazkiekin * Fruta eta Ogia 931,4Kcal - Prot:42,4g - Lip:40,8g - HC:91,5g AGS:11,7g - Azúcares:19,1g - Sal:1,5g			
		7		8		9		10	11
Porru krema Patata eta kuitxo tortila Letxuga, erremolatxa eta oliba entsalada Fruta eta Ogia 659,6Kcal - Prot:31,5g - Lip:32,2g - HC:55,2g AGS:5,1g - Azúcares:20,9g - Sal:2,4g	Indaba zuriak azenarioarekin Txahal albondigak barazki saltsan * Fruta eta Ogia 751,1Kcal - Prot:25,2g - Lip:27,6g - HC:86,6g AGS:3,8g - Azúcares:11,4g - Sal:1,5g		Haragi paela Izokina labean baratzuri eta perrexilarekin Maionesa Fruta eta Ogi integrala 894,2Kcal - Prot:49,1g - Lip:37,9g - HC:83,0g AGS:7,3g - Azúcares:20,0g - Sal:2,8g		Barazki menestra Oilasko ixterra labean Txip patatak Jogur naturala EKO eta Ogia 649,8Kcal - Prot:38,3g - Lip:25,8g - HC:62,2g AGS:6,4g - Azúcares:16,6g - Sal:1,9g		Patatak barazkiekin Arrain fresko arrautzatzatua Tomate entsalada Fruta eta Ogia 680,2Kcal - Prot:26,1g - Lip:15,6g - HC:105,9g AGS:2,2g - Azúcares:19,7g - Sal:1,6g		
		14		15		16		17	18
Azalorea patatekin Makarroiak tomate saltsarekin * Fruta eta Ogia 913,2Kcal - Prot:41,6g - Lip:43,6g - HC:82,2g AGS:10,4g - Azúcares:10,4g - Sal:4,4g	Txitxirioak barazkiekin Bakailoa labean Piperrak Fruta eta Ogia 655,5Kcal - Prot:27,7g - Lip:18,5g - HC:55,2g AGS:2,8g - Azúcares:10,2g - Sal		Hegazti-zopa fideoekin Patata eta tipula tortila Letxuga, Erremolatxa eta azenarioa Fruta eta Ogi integrala 735,7Kcal - Prot:15,1g - Lip:28,1g - HC:72,7g AGS:4,4g - Azúcares:23,1g - Sal:4,2g		JAIA		JAIA		
		21		22		23		24	25
JAIA	JAIA		JAIA		JAIA		JAIA		JAIA
		28		29		30			
JAIA	JAIA		JAIA		JAIA				



OGI INTEGRALA



ANIMALIA-
PROTEINARIK GABE


OBOARRAINA (HARAGIRIK GABE)

APIRILA 2025

EUSKO JAURLARITZA



GOBIERNO VASCO

									
			1	2	3	4			
			Brokoli refritoarekin Makarroi salteatuak baratzuri eta txanpinoiekin * Fruta eta Ogia 800,8Kcal - Prot:41,4g - Lip:27,5g - HC:88,9g AGS:3,0g - Azúcares:13,4g - Sal:1,9g	Txitxirioak kinoarekin Legatza saltsa berdean * Fruta eta Ogi integrala 668,8Kcal - Prot:20,3g - Lip:20,4g - HC:79,0g AGS:3,7g - Azúcares:19,8g - Sal:4,1g	Azenario krema Makailu kroketak Piperrak labean Jogur naturala EKO eta Ogia 679,2Kcal - Prot:29,1g - Lip:20,1g - HC:67,5g AGS:4,3g - Azúcares:17,3g - Sal:2,5g	Dilistak barazkiekin Barazki-hanburgesa Txanpinoak Fruta eta Ogia 931,4Kcal - Prot:42,4g - Lip:40,8g - HC:91,5g AGS:11,7g - Azúcares:19,1g - Sal:1,5g			
			7	8	9	10	11		
Porru krema Patata eta kuitxo tortila Letxuga, erremolatxa eta oliba entsalada Fruta eta Ogia 659,6Kcal - Prot:31,5g - Lip:32,2g - HC:55,2g AGS:5,1g - Azúcares:20,9g - Sal:2,4g			Zerbak patatekin Indaba zuriak azenarioarekin * Fruta eta Ogia 751,1Kcal - Prot:25,2g - Lip:27,6g - HC:86,6g AGS:3,8g - Azúcares:11,4g - Sal:1,5g	Arroza tomate saltsarekin Izokina labean baratzuri eta perrexilarekin Maionesa Fruta eta Ogi integrala 894,2Kcal - Prot:49,1g - Lip:37,9g - HC:83,0g AGS:7,3g - Azúcares:20,0g - Sal:2,8g	Barazki menestra Barazki-hanburgesa Txip patatak Jogur naturala EKO eta Ogia 649,8Kcal - Prot:38,3g - Lip:25,8g - HC:62,2g AGS:6,4g - Azúcares:16,6g - Sal:1,9g	Patatak barazkiekin Arrain fresko arrautzatzatua Tomate entsalada Fruta eta Ogia 680,2Kcal - Prot:26,1g - Lip:15,6g - HC:105,9g AGS:2,2g - Azúcares:19,7g - Sal:1,6g			
			14	15	16	17	18		
Azalorea patatekin Makarroiak tomate saltsarekin * Fruta eta Ogia 913,2Kcal - Prot:41,6g - Lip:43,6g - HC:82,2g AGS:10,4g - Azúcares:10,4g - Sal:4,4g			Txitxirioak barazkiekin Bakailoa labean Piperrak Fruta eta Ogia 655,5Kcal - Prot:27,7g - Lip:18,5g - HC:55,2g AGS:2,8g - Azúcares:10,2g - Sal	Barazki zopa fideoekin Patata eta tipula tortila Letxuga, Erremolatxa eta azenarioa Fruta eta Ogi integrala 735,7Kcal - Prot:15,1g - Lip:28,1g - HC:72,7g AGS:4,4g - Azúcares:23,1g - Sal:4,2g	JAIA	JAIA			
			21	22	23	24	25		
JAIA			JAIA	JAIA	JAIA	JAIA			
			28	29	30				
JAIA			JAIA	JAIA	JAIA				