



2025 IRAILA

OINARRIZKOA

EUSKO JAURLARITZA



GOBIERNO VASCO

serunion educa

aibak
SERVICIOS A COLECTIVIDADES

OGI INTEGRALA

ANIMALIA-PROTEINARIK
GABE

8

Makarroiak tomate
saltsarekin

Oilasko nuggets

Letxuga, erremolatxa eta arto
entsalada

Fruta eta Ogia

972,1Kcal - Prot:24,2g - Lip:41,1g - HC:121,5g
AGS:7,1g - Azúcares:25,2g - Sal:3,0g

15

Dilistak porruarekin

Patata eta kuiatxo tortila

Letxuga, erremolatxa eta
oliba entsalada

Fruta eta Ogia

811,4Kcal - Prot:29,7g - Lip:27,5g - HC:101,2g
AGS:4,0g - Azúcares:19,0g - Sal:1,4g



22

Kuiatxo krema

Espiralak baratxuri eta
txanpinoekin

*

Fruta eta Ogia

778,4Kcal - Prot:17,1g - Lip:22,6g - HC:122,0g
AGS:2,9g - Azúcares:24,2g - Sal:1,5g

29

Kuia krema

Patata eta kuiatxo tortila

Letxuga, erremolatxa eta arto
entsalada

Fruta eta Ogia

653,3Kcal - Prot:13,0g - Lip:25,9g - HC:73,3g
AGS:3,8g - Azúcares:23,2g - Sal:1,6g

9

Lekak patatekin

Patata eta tipula tortila

Tomate entsalada

Fruta eta Ogia

695,9Kcal - Prot:17,6g - Lip:29,0g - HC:83,2g
AGS:4,5g - Azúcares:23,2g - Sal:4,0g

16

Ziazerba krema

Txahal albondigak barazki
saltsan

*

Fruta eta Ogia

769,0Kcal - Prot:23,5g - Lip:41,8g - HC:67,0g
AGS:10,9g - Azúcares:25,6g - Sal:3,7g

23

Txitxirioak barazkiekin

Legatza labean

Piperrak

Fruta eta Ogia

724,0Kcal - Prot:35,7g - Lip:20,9g - HC:89,8g
AGS:2,1g - Azúcares:21,4g - Sal:1,8g

30

Babarrun pintoak barazkiekin

Bakailua ajoarriero erara

*

Fruta eta Ogia

719,2Kcal - Prot:35,8g - Lip:21,0g - HC:84,3g
AGS:2,5g - Azúcares:22,7g - Sal:1,9g



10

Txitxirioak kinoarekin

Legatza saltsa berdean

*

Fruta eta Ogi integrala

795,7Kcal - Prot:38,8g - Lip:26,7g - HC:89,6g
AGS:2,9g - Azúcares:21,4g - Sal:1,8g



17

Haragi paela

Arrain fresko arrautzaztatua

Tomate entsalada

Fruta eta Ogi integrala

887,9Kcal - Prot:36,1g - Lip:31,7g - HC:110,7g
AGS:5,4g - Azúcares:19,4g - Sal:2,6g



24

Hegazti zopa fideoekin

Patata eta tipula tortila

Letxuga, erremolatxa eta azenario
entsalada

Fruta eta Ogi integrala

669Kcal - Prot:20,3g - Lip:20,4g - HC:79,0g AGS:3,7g -
Azúcares:19,8g - Sal:4,1g

11

Azenario krema

Txerri solomo fresko ogitua

Piperrak labean

Jogur naturala EKO eta Ogia

652,0Kcal - Prot:33,2g - Lip:27,8g - HC:55,7g
AGS:6,6g - Azúcares:19,4g - Sal:2,3g

18

Letxuga, tomate, kipula, arrautz,
hegaluze, artoa eta azenaoria
entsalada

Oilasko ixterra labean

Txip patatak

Fruta eta Ogia

829,6Kcal - Prot:45,9g - Lip:35,7g - HC:78,5g
AGS:8,1g - Azúcares:23,8g - Sal:2,4g

25

Patatak saltsa berdean

Txahalki erregosia tomate
saltsan

*

Jogur naturala EKO eta Ogia

671,4Kcal - Prot:29,1g - Lip:40,5g - HC:38,7g
AGS:13,4g - Azúcares:11,8g - Sal:2,3g

12

Indaba zuriak barazkiekin

Txahalki erregosia jardinera
saltsan

*

Fruta eta Ogia

799,8Kcal - Prot:45,2g - Lip:24,1g - HC:88,0g
AGS:4,8g - Azúcares:23,6g - Sal:1,8g

19

Patatak errioxar erara

Izokina labean baratxuri eta
perrexilarekin

Maionesa

Jogur naturala EKO eta Ogia

938,1Kcal - Prot:36,5g - Lip:53,6g - HC:74,3g
AGS:9,1g - Azúcares:13,7g - Sal:2,9g

26

Dilistak barazkiekin

Txerri solomo adobatua

Tomate entsalada

Fruta eta Ogia

851,7Kcal - Prot:46,7g - Lip:30,3g - HC:90,4g
AGS:6,1g - Azúcares:20,7g - Sal:1,4g