



PAN INTEGRAL



SIN PROTEINA ANIMAL

2026 ABRIL

BASAL

EUSKO JAURLARITZA



GOBIERNO VASCO



1

JAI EGUNA
FESTIVO

2

JAI EGUNA
FESTIVO

3

JAI EGUNA
FESTIVO

6

JAI EGUNA
FESTIVO

7

JAI EGUNA
FESTIVO

8

JAI EGUNA
FESTIVO

9

JAI EGUNA
FESTIVO

10

JAI EGUNA
FESTIVO



13

Acelgas con patata

Paella de verduras

*

Fruta fresca y Pan

789,2Kcal - Prot:15,7g - Lip:17,0g - HC:135,8g AGS:2,2g -
Azúcares:23,4g - Sal:2,1g

14

Garbanzos con verduras

Merluza en salsa verde

*

Fruta fresca y Pan

810,7Kcal - Prot:38,0g - Lip:26,1g - HC:96,1g AGS:2,8g -
Azúcares:22,3g - Sal:1,8g



15

Macarrones con tomate

Montaditos de jamón y queso

Ensalada de tomate

Fruta fresca y Pan integral

1002,1Kcal - Prot:20,2g - Lip:40,4g - HC:131,6g AGS:6,3g -
Azúcares:36,2g - Sal:3,1g

16

Crema de zanahoria

Estofado de ternera a la jardinera

*

Yogur natural ECO y Pan

619,3Kcal - Prot:32,3g - Lip:23,0g - HC:66,3g AGS:4,7g -
Azúcares:27,3g - Sal:2,0g



17

Lentejas con verduras

Tortilla de patata y cebolla

Ensalada de lechuga, remolacha y
aceitunas

Fruta fresca y Pan integral

858,2Kcal - Prot:34,9g - Lip:32,4g - HC:97,1g AGS:6,2g -
Azúcares:14,6g - Sal:4,2g

20

Crema de puerros

Salmón al horno con ajo y perejil

Mayonesa

Fruta fresca y Pan

829,4Kcal - Prot:28,2g - Lip:52,0g - HC:57,5g AGS:6,6g -
Azúcares:22,7g - Sal:2,2g

21 ‡

Paella de carnes

Tortilla de patata y calabacín

Ensalada de lechuga, remolacha y
aceitunas

Fruta fresca y Pan

930,8Kcal - Prot:23,1g - Lip:40,6g - HC:113,1g AGS:6,6g -
Azúcares:20,1g - Sal:2,0g



22

Alubias pintas con verduras

Estofado de ternera a la jardinera

*

Fruta fresca y Pan integral

758,9Kcal - Prot:45,1g - Lip:23,9g - HC:77,7g AGS:4,7g -
Azúcares:15,9g - Sal:1,8g

23

Patatas a la riojana

Pescado fresco rebozado

Ensalada de tomate

Yogur natural ECO y Pan

717,2Kcal - Prot:34,0g - Lip:17,0g - HC:101,7g AGS:3,6g -
Azúcares:22,6g - Sal:2,8g



24

Menestra de verduras

Muslo de pollo al horno

Patatas chips

Fruta fresca y Pan integral

807,7Kcal - Prot:48,5g - Lip:38,3g - HC:65,3g AGS:9,7g -
Azúcares:16,5g - Sal:2,6g



27

Ensalada de lechuga, tomate,
remolacha y maíz

Macarrones con salsa de tomate

*

Fruta fresca y Pan

649,1Kcal - Prot:16,2g - Lip:15,6g - HC:106,0g AGS:2,2g -
Azúcares:26,4g - Sal:1,7g

28

Vainas con patata

Tortilla de patata y cebolla

Ensalada de tomate

Fruta fresca y Pan

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



29

Garbanzos con quinoa

Merluza en salsa verde

*

Fruta fresca Pan integral

774,9Kcal - Prot:39,3g - Lip:26,7g - HC:83,9g AGS:2,9g -
Azúcares:16,5g - Sal:1,8g

30

JAI EGUNA
FESTIVO



PAN INTEGRAL



SIN PROTEINA ANIMAL

2026 ABRIL

OVOLACTOVEGETARIANO CON PESCADO (SIN CARNE)



1

JAI EGUNA
FESTIVO

2

JAI EGUNA
FESTIVO

3

JAI EGUNA
FESTIVO

6

JAI EGUNA
FESTIVO

7

JAI EGUNA
FESTIVO

8

JAI EGUNA
FESTIVO


9

JAI EGUNA
FESTIVO

10

JAI EGUNA
FESTIVO

13


Acelgas con patata
Paella de verduras
*
Fruta fresca y Pan
789,2Kcal - Prot:15,7g - Lip:17,0g - HC:135,8g AGS:2,2g -
Azúcares:23,4g - Sal:2,1g

14

Garbanzos con verduras
Merluza en salsa verde
*
Fruta fresca y Pan
810,7Kcal - Prot:38,0g - Lip:26,1g - HC:96,1g AGS:2,8g -
Azúcares:22,3g - Sal:1,8g


15


Macarrones con tomate
Croquetas de bacalao
Ensalada de tomate
Fruta fresca y Pan integral
1002,1Kcal - Prot:20,2g - Lip:40,4g - HC:131,6g AGS:6,3g -
Azúcares:36,2g - Sal:3,1g

16

Crema de zanahoria
Hamburguesa vegetal
*
Yogur natural ECO y Pan
619,3Kcal - Prot:32,3g - Lip:23,0g - HC:66,3g AGS:4,7g -
Azúcares:27,3g - Sal:2,0g

17


Lentejas con verduras
Tortilla de patata y cebolla
Ensalada de lechuga, remolacha y
aceitunas
Fruta fresca y Pan integral
858,2Kcal - Prot:34,9g - Lip:32,4g - HC:97,1g AGS:6,2g -
Azúcares:14,6g - Sal:4,2g


20

Crema de puerros
Salmón al horno con ajo y perejil
Mayonesa
Fruta fresca y Pan
829,4Kcal - Prot:28,2g - Lip:52,0g - HC:57,5g AGS:6,6g -
Azúcares:22,7g - Sal:2,2g

21

Arroz con tomate
Tortilla de patata y calabacín
Ensalada de lechuga, remolacha y
aceitunas
Fruta fresca y Pan
930,8Kcal - Prot:23,1g - Lip:40,6g - HC:113,1g AGS:6,6g -
Azúcares:20,1g - Sal:2,0g

22


Alubias pintas con verduras
Quinoa con verduras
*
Fruta fresca y Pan integral
758,9Kcal - Prot:45,1g - Lip:23,9g - HC:77,7g AGS:4,7g -
Azúcares:15,9g - Sal:1,8g


23

Patatas con espinacas
Pescado fresco rebocado
Ensalada de tomate
Yogur natural ECO y Pan
717,2Kcal - Prot:34,0g - Lip:17,0g - HC:101,7g AGS:3,6g -
Azúcares:22,6g - Sal:2,8g

24


Menestra de verduras
Hamburguesa vegetal
Patatas chips
Fruta fresca y Pan integral
807,7Kcal - Prot:48,5g - Lip:38,3g - HC:65,3g AGS:9,7g -
Azúcares:16,5g - Sal:2,6g


27


Ensalada de lechuga, tomate,
remolacha y maiz
Macarrones con salsa de tomate
*
Fruta fresca y Pan
649,1Kcal - Prot:16,2g - Lip:15,6g - HC:106,0g AGS:2,2g -
Azúcares:26,4g - Sal:1,7g

28

Vainas con patata
Tortilla de patata y cebolla
Ensalada de tomate
Fruta fresca y Pan
695,9Kcal - Prot:17,6g - Lip:29,0g - HC:83,2g AGS:4,5g -
Azúcares:23,2g - Sal:4,0g

29


Garbanzos con quinoa
Merluza en salsa verde
*
Fruta fresca Pan integral
774,9Kcal - Prot:39,3g - Lip:26,7g - HC:83,9g AGS:2,9g -
Azúcares:16,5g - Sal:1,8g

30

JAI EGUNA
FESTIVO



PAN INTEGRAL



SIN PROTEINA ANIMAL

2026 ABRIL

SIN GLUTEN Y MARISCO

1

JAI EGUNA
FESTIVO

2

JAI EGUNA
FESTIVO

3

JAI EGUNA
FESTIVO

6

JAI EGUNA
FESTIVO



Acelgas con patata
Paella de verduras

*

Fruta fresca y Pan sin gluten

789,2Kcal - Prot:15,7g - Lip:17,0g - HC:135,8g AGS:2,2g - Azúcares:23,4g - Sal:2,1g

7

JAI EGUNA
FESTIVO

Garbanzos con verduras
Hamburguesa de ternera sin gluten en salsa de verduras

*

Fruta fresca y Pan sin gluten

810,7Kcal - Prot:38,0g - Lip:26,1g - HC:96,1g AGS:2,8g - Azúcares:22,3g - Sal:1,8g

8

JAI EGUNA
FESTIVO



Macarrones sin gluten con tomate
Pechuga de pollo en salsa de verduras

*

Fruta fresca y Pan sin gluten

1002,1Kcal - Prot:20,2g - Lip:40,4g - HC:131,6g AGS:6,3g - Azúcares:36,2g - Sal:3,1g

9

JAI EGUNA
FESTIVO

Crema de zanahoria
Estofado de ternera con verduras

*

Yogur natural ECO y Pan sin gluten

619,3Kcal - Prot:32,3g - Lip:23,0g - HC:66,3g AGS:4,7g - Azúcares:27,3g - Sal:2,0g

10

JAI EGUNA
FESTIVO



Porrupatata
Tortilla de patata y cebolla
Ensalada de lechuga, remolacha y aceitunas

Fruta fresca y Pan sin gluten

858,2Kcal - Prot:34,9g - Lip:32,4g - HC:97,1g AGS:6,2g - Azúcares:14,6g - Sal:4,2g

20

Crema de puerros
Jamoncitos de pollo en salsa de verduras

*

Fruta fresca y Pan sin gluten

829,4Kcal - Prot:28,2g - Lip:52,0g - HC:57,5g AGS:6,6g - Azúcares:22,7g - Sal:2,2g

21 †

Paella de carnes
Tortilla de patata y calabacín
Ensalada de lechuga, remolacha y aceitunas

Fruta fresca y Pan sin gluten

930,8Kcal - Prot:23,1g - Lip:40,6g - HC:113,1g AGS:6,6g - Azúcares:20,1g - Sal:2,0g

22

Alubias pintas con verduras
Estofado de ternera con verduras

*

Fruta fresca y Pan sin gluten

758,9Kcal - Prot:45,1g - Lip:23,9g - HC:77,7g AGS:4,7g - Azúcares:15,9g - Sal:1,8g

23

Patatas a la riojana
Tortilla francesa
Ensalada de tomate

Yogur natural ECO y Pan sin gluten

717,2Kcal - Prot:34,0g - Lip:17,0g - HC:101,7g AGS:3,6g - Azúcares:22,6g - Sal:2,8g

24

Menestra de verduras
Muslo de pollo al horno
Patatas chip

Fruta fresca y Pan sin gluten

807,7Kcal - Prot:48,5g - Lip:38,3g - HC:65,3g AGS:9,7g - Azúcares:16,5g - Sal:2,6g

27



Ensalada de lechuga, tomate, remolacha y maiz
Macarrones sin gluten con salsa de tomate

*

Fruta fresca y Pan sin gluten

649,1Kcal - Prot:16,2g - Lip:15,6g - HC:106,0g AGS:2,2g - Azúcares:26,4g - Sal:1,7g

28

Vainas con patata
Tortilla de patata y cebolla
Ensalada de tomate

Fruta fresca y Pan sin gluten

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

29



Garbanzos con quinoa
Lomo de cerdo en salsa de verduras

*

Fruta fresca Pan sin gluten

774,9Kcal - Prot:39,3g - Lip:26,7g - HC:83,9g AGS:2,9g - Azúcares:16,5g - Sal:1,8g

30

JAI EGUNA
FESTIVO