



2024  
Apirila

Ausolan.

astelehena	asteartea	asteazkena	osteguna	ostirala
1 <b>Jaia</b>	2 <b>Jaia</b>	3 <b>Jaia</b>	4 <b>Jaia</b>	5 <b>Jaia</b>
8  Aza fresko ekologikoa patatekin Solomo ontzutua pistoarekin (kuiatxo, patata, piper gorria eta verdea eta tomatea) Letxua eta artoa Jogurta naturala azukrerik gabe Ogi barra Cal. 602 h.c. 53 lip. 32 p. 30	9  Nafarroako dilista ekologikoak batatarekin Etxeko patata tortilla arrautza fresko ekologikoarekin Letxua Tokiko udare ekologikoa Ogi oskoa Cal. 609 h.c. 80 lip. 24 p. 23	10  Makarroi integralak saltsa tomatearekin Legatz fresko labean egina orio erara piper berdearekin Letxua Mandarinak Ogi oskoa Cal. 656 h.c. 87 lip. 25 p. 26	11  Azenario krema fresko ekologikoa Abadira fresko arrautzetatua Mahonesa goarnizioa Mendigorriko sagar ekologikoa Ogi oskoa Cal. 642 h.c. 50 lip. 39 p. 25	12  Leka patatekin Txitxirioak egosiak azenario eta baratxuri olio errearekin Kanariako banana Ogi barra Cal. 555 h.c. 87 lip. 16 p. 21
15  Brokoli krema fresko ekologikoa Ziazerba kaneloiak tomate saltsarekin eta gazta piroekin Azenario bizkotxoa Ogi barra Cal. 712 h.c. 77 lip. 38 p. 18	16  Porru fresko ekologikoa patatekin Nafarroako txahalki xerra ekologikoa oliba saltsan Letxua Mendigorriko sagar ekologikoa Ogi oskoa Cal. 645 h.c. 70 lip. 31 p. 26	17  Potxa motako babarrunak piper berdearekin Maruka labean fresko egina azenario, ilarra eta baba berdeekin Letxua eta artoa Jogurt naturala azukrerik gabe Ogi oskoa Cal. 677 h.c. 67 lip. 29 p. 41	18  Borraia fresko ekologikoa lurrunetan patatekin Oilasko izter errea Letxua eta olibak entsalada Tokiko udare ekologikoa Ogi oskoa Cal. 513 h.c. 49 lip. 24 p. 26	19 Lapiko zopa Albondigak saltsan Laranja Ogi barra Cal. 506 h.c. 50 lip. 24 p. 24
22  Azalorea fresko ekologikoa Patatekin ekaina arroz integrala legazarekin Mendigorriko sagar ekologikoa Ogi barra Cal. 600 h.c. 92 lip. 20 p. 18	23  Azenario krema fresko ekologikoa Solomoa aran saltsan Letxua eta artoa Kanariako banana Ogi oskoa Cal. 598 h.c. 61 lip. 30 p. 24	24  Nafarroako txitxiño ekologikoak olo integral ekologikoarekin Legatz xerra freskoa porru, Tomate eta azenarioen saltsan Letxua Tokiko udare ekologikoa Ogi oskoa Cal. 720 h.c. 81 lip. 32 p. 31	25  Zerba fresko ekologikoa patatekin Abadira fresko labean egina etxeko tomatearekin Makarroi integralak Jogurt naturala azukrerik gabe Ogi oskoa Cal. 677 h.c. 72 lip. 29 p. 35	26 Dilistak porru eta azenarioarekin Errusiar xerra txanpinoiekin Laranja Ogi barra Cal. 606 h.c. 67 lip. 26 p. 31
29  Porru fresko ekologikoa patata eta azenarioarekin Etxeko york-urdaiazpiko eta gazta tortilla arrautza fresko ekologikoarekin Letxua eta artoa Jogurta naturala azukrerik gabe Ogi barra Cal. 642 h.c. 52 lip. 37 p. 27	30  Makarroi integralak saltsa tomatearekin Oilasko izter errea baratxuritan Letxua Mendigorriko sagar ekologikoa Ogi oskoa Cal. 709 h.c. 94 lip. 26 p. 29			



Hezkuntza  
Proiektua



Massana  
Sustatzaile



Nutrizio  
gomendioak



Innova  
errezetak



Ikonografia

Egunero  
zurekin