

ELIKAGAIEN PIRAMIDEA

NOIZBEHINKAKO KONTSUMOA



ASTEKO KONTSUMOA



EGUNEROKO
KONTSUMOA



LEKALEAK

ZIZKA-MIZKA

OSOKO ZEREALAK

FRUTAK

OPILAK

GURINA

ARRAUTZAK

OLIBA-OLIOA

HARAGI ZURIAK

PATATAK

GOZOKIAK

SALTSAK

URDAIAZPIKOA

HESTEBETEA

ESNEKIAK

EDARI GOZOAK

HARAGI GORRIAK

BARAZKIAK

HARAGIKIAK

FRUITU
LEHORRAK

ARRAINAK