



LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
9	Espirales con tomate Buñuelos de bacalao Ensalada de lechuga y tomate Melocotón en almíbar Pan	10	Lentejas estofadas Albóndigas de ternera y cerdo en salsa Patatas dado Fruta del tiempo Pan	11	Sopa de cocido Cocido completo Fruta del tiempo Pan	12	Arroz a la milanesa Filete de merluza en salsa de pimientos Patatas asadas al horno Fruta del tiempo Pan	13	Crema de calabacín Tortilla francesa Ensalada de lechuga y aceitunas Yogur sabor Pan integral
799 Kcal 17,9g Prot 24,7g Lip 123,3g Hc		677 Kcal 29,2g Prot 28,6g Lip 79,2g Hc		629 Kcal 29,6g Prot 28,2g Lip 70,1g Hc		667 Kcal 28,6g Prot 11,9g Lip 108g Hc		511 Kcal 17,1g Prot 23,7g Lip 57,3g Hc	
16	Judías verdes con jamón Burger meat mixta a la plancha Ensalada de tomate, queso y orégano Fruta del tiempo Pan	17	Crema de legumbres Jamoncitos de pollo asados Champiñón salteado Fruta del tiempo Pan	18	Arroz con salsa de tomate Empanadillas de atún Ensalada de lechuga Fruta del tiempo Pan	19	Lentejas a la riojana Lacón con aceite y pimentón Cachelos Fruta del tiempo Pan	20	Macarrones boloñesa Tortilla de bonito Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur sabor Pan
505 Kcal 29,5g Prot 27,1g Lip 39g Hc		619 Kcal 50,7g Prot 19g Lip 64,5g Hc		803 Kcal 19,8g Prot 25,8g Lip 120,2g Hc		649 Kcal 41,4g Prot 20,5g Lip 77,4g Hc		730 Kcal 29,5g Prot 29g Lip 86,6g Hc	
23	Patatas con verdura Filete de lomo de cerdo a la madrileña Tomate concassé Fruta del tiempo Pan	24	Espaguetis carbonara Merluza a la romana Ensalada de lechuga y maíz Fruta del tiempo Pan	25	Crema de zanahoria Salchichas de pollo y pavo al grill Patatas dado Fruta del tiempo Pan	26	Sopa de ave con fideos Tortilla francesa con jamón york Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta del tiempo Pan	27	Alubias blancas estofadas Varitas de merluza Ensalada de lechuga y aceitunas Yogur sabor Pan integral
518 Kcal 26,6g Prot 15,6g Lip 66,9g Hc		620 Kcal 28,6g Prot 15,9g Lip 88g Hc		614 Kcal 30,7g Prot 22,8g Lip 69,9g Hc		526 Kcal 14,9g Prot 29,2g Lip 49g Hc		799 Kcal 39g Prot 30,5g Lip 98,6g Hc	
30	Lentejas con verduras Tortilla de patata Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta del tiempo Pan	31	Arroz tres delicias Abadejo en salsa marinera Guisantes salteados Fruta del tiempo Pan						
604 Kcal 29,7g Prot 21,8g Lip 77,9g Hc		659 Kcal 28,5g Prot 12,4g Lip 104,9g Hc							



Menú elaborado por el Dpto. de Nutrición y Dietética de Algadi, N.ºR.S. (28. 12037/M) formado por profesionales cualificados, especialistas en todas las etapas de alimentación (infantil, escolar, adulta, geriátrica) y nutrición clínica con patologías alimentarias, apasionados de la nutrición y velando siempre por el cumplimiento de los requerimientos nutricionales. M. Lozano (Dietista-Nutricionista) / P. PENELAS (Nutricionista / Dietista) Col: MADOO398 / J. MARTIN (Lic. Farmacia (Nutrición)/H. CORTES (Dietista/Nutricionista). Según el Reglamento 1169/2011 de información facilitada al consumidor, se informa sobre alérgenos presentes en alimentos no envasados, se refleja en nuestros menús de alergias alimentarias. Para cualquier otra información sobre alérgenos, contacte con nuestras oficinas centrales. ALGADI, SAU, [info@algadi.com](mailto:info@algadi.com) 91 547 46 46 c/Oquendo, 23, 4ª planta 28006 Madrid.