



LUNES MARTES MIÉRCOLES JUEVES VIERNES

		1	Sopa de cocido Cocido completo Fruta del tiempo Pan	2	Crema de verduras Albóndigas de ternera y cerdo en salsa Patatas dado Fruta del tiempo Pan	3	Coditos al gratén Merluza en salsa menier Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Yogur sabor Pan		
			653 Kcal 29,2g Prot 27,7g Lip 70,1g Hc		541 Kcal 16g Prot 25,3g Lip 62g Hc		751 Kcal 33,7g Prot 23,4g Lip 96,5g Hc		
6	Sopa de ave con fideos Huevo frito Patatas fritas Fruta del tiempo Pan	7	Alubias blancas con arroz Burger meat mixta a la plancha Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta del tiempo Pan	8	Macarrones con tomate y chorizo Merluza a la romana Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta del tiempo Pan	9	Guisantes con jamón Jamoncitos de pollo en pepitoria Salteado de patata y zanahoria Fruta del tiempo Pan	10	Lentejas a la burgalesa Atún con tomate Calabacín salteado Yogur sabor Pan integral
	499 Kcal 21,4g Prot 23,7g Lip 51,8g Hc		558 Kcal 30,9g Prot 25g Lip 59,5g Hc		684 Kcal 28,7g Prot 22,5g Lip 90,8g Hc		684 Kcal 52,4g Prot 25,1g Lip 57,3g Hc		
13	Judías verdes con salsa casera de tomate Ragout de ternera Patatas dado Fruta del tiempo Pan	14	JORNADA GASTRONÓMICA FRANCESA Crema Parmentier Cordon bleu de pavo Tomate provenzal Profiteroles de nata Pan	15	Arroz hortelano Abadejo a la vizcaína Ensalada de lechuga y pepino Fruta del tiempo Pan	16	Coditos con verduras Huevos cocidos con tomate, champiñón y bacon Fruta del tiempo Pan	17	Fabada asturiana Delicias de calamar Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Yogur sabor Pan
	538 Kcal 30,1g Prot 40,2g Lip 52,4g Hc		641 Kcal 19,6g Prot 34,2g Lip 63,1g Hc		568 Kcal 33,3g Prot 7,1g Lip 89,6g Hc		600 Kcal 23,1g Prot 17,6g Lip 86,7g Hc		
20	Brócoli al queso Magro con tomate Patatas dado Fruta del tiempo Pan	21	Espaguetis carbonara Merluza en salsa marinera Guisantes salteados Fruta del tiempo Pan	22	Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa Champiñón salteado Fruta del tiempo Pan	23	Potaje de garbanzos con espinacas Varitas de merluza Ensalada de lechuga y maíz Fruta del tiempo Pan	24	FESTIVO
	490 Kcal 26,7g Prot 14,9g Lip 39,9g Hc		584 Kcal 30,4g Prot 12,2g Lip 83,7g Hc		575 Kcal 15,2g Prot 16,6g Lip 89,6g Hc		740 Kcal 30,4g Prot 28,2g Lip 90,4g Hc		
27	FESTIVO	28	Crema de verduras Tortilla de patata Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta del tiempo Pan integral						
			463 Kcal 17,6g Prot 16,3g Lip 62,7g 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 T.S. Nº2816) / P. PENELAS (Nutricionista / Dietista) Col: MAD00398 / J. MARTIN (Lic. Farmacia (Nutrición) H. CORTES (Dietista/Nutricionista Col: CYL00366. 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.