

LUNES
MARTES
MIÉRCOLES
JUEVES
VIERNES
FESTIVO
4

Macarrones integrales con verduras (champiñón y pimiento)
Filete de merluza plancha
Ensalada de lechuga y maíz
Fruta de temporada
Pan
(1, 4, 14)

581 Kcal 26,9g Prot 19,3g Lip 69,6g Hc

5

Alubias blancas estofadas (pimiento,zanahoria)
Tortilla de calabacín y patata
Ensalada de lechuga y tomate
Fruta de temporada
Pan integral
(14, 3, 1, 6, 10, 11)

629 Kcal 28,2g Prot 32,2g Lip 88,5g Hc

6

Crema de zanahoria ECO
Hamburguesa de pollo en salsa
Patatas asadas
Yogur natural/ Fruta de temporada
Pan
(14, 6, 7, 1)

730 Kcal 29,8g Prot 27,1g Lip 88,8g Hc

7

Arroz murciano
*Merluza al limón
Ensalada de lechuga, zanahoria y tomate
Fruta de temporada
Pan
(4, 14, 1)

741 Kcal 27,9g Prot 15,8g Lip 116,3g Hc

8

Crema de puerros
Lomo en salsa de manzana
Guisantes salteados
Fruta de temporada
Pan integral
(14, 1, 6, 10, 11)

466 Kcal 22,3g Prot 20,6g Lip 44,6g Hc

11

Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga y tomate
Fruta de temporada
Pan
(14, 3, 1)

631 Kcal 23,7g Prot 24g Lip 73,5g Hc

12

Arroz al horno con champiñón
Merluza al horno
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta de temporada
Pan integral
(4, 14, 1, 6, 10, 11)

588 Kcal 25,2g Prot 19,1g Lip 74g Hc

13

Crema de verduras (calabacín,acelga y zanahoria)
Filete de pollo al ajillo con hierbas provenzales
Ensalada de lechuga y aceitunas
Yogur natural/ Fruta de temporada
Pan
(14, 7, 1)

678 Kcal 36,7g Prot 24g Lip 75,7g Hc

14

Sopa de fideos con garbanzos
Pollo cocido
Repollo, patata y zanahoria
Fruta de temporada
Pan integral
(1, 3, 14, 6, 10, 11)

653 Kcal 46g Prot 16,4g Lip 71,5g Hc

15
18

Arroz al horno con champiñón
Merluza al ajillo
Ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta de temporada
Pan
(4, 14, 1)

578 Kcal 23,5g Prot 15,5g Lip 83,3g Hc

19

Alubias blancas estofadas (pimiento,zanahoria)
Contramuslo de pollo asado al limón
Ensalada de lechuga
Fruta de temporada
Pan integral
(14, 1, 6, 10, 11)

556 Kcal 35,6g Prot 18,2g Lip 61,8g Hc

20

Coditos con champiñón
Salmón al horno
Ensalada de lechuga, tomate y queso
Yogur natural/ Fruta de temporada
Pan
(1, 4, 7, 14)

745 Kcal 38,4g Prot 35,3g Lip 64,7g Hc

21

Garbanzos con verduras
Revuelto de huevo con champiñón
Pisto manchego
Fruta de temporada
Pan
(14, 3, 1)

620 Kcal 24,3g Prot 25,3g Lip 67g Hc

22

Judías verdes rehogadas con zanahoria ECO
Cinta de lomo fresca a la plancha
Ensalada de lechuga y maíz
Fruta de temporada
Pan integral
(14, 1, 6, 10, 11)

465 Kcal 21,6g Prot 24,2g Lip 36,2g Hc

25

Espaguetis al ajillo
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga y tomate
Fruta de temporada
Pan
(1, 3, 14)

630 Kcal 16,9g Prot 24g Lip 85,1g Hc

26

Arroz hortelano (j.verde, calabacín y zanahoria)
Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde)
Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas
Fruta de temporada
Pan integral
(14, 1, 6, 10, 11)

698 Kcal 22,2g Prot 18,7g Lip 101,5g Hc

27

Crema de calabaza ECO
Filete de pollo guisado
Wok de verduras
Yogur natural/ Fruta de temporada
Pan
(14, 1, 7)

692 Kcal 36,5g Prot 22,3g Lip 81,2g Hc

28

Sopa de verdura
Estofado de cerdo con verduras
Arroz integral
Fruta de temporada
Pan
(14, 1)

542 Kcal 29,5g Prot 11,6g Lip 63,4g Hc

29

Garbanzos con verduras
Merluza al perejil
Ensalada de lechuga y maíz
Fruta de temporada
Pan integral
(14, 1, 4, 6, 10, 11)

593 Kcal 31,3g Prot 22g Lip 59,9g Hc


**A: ALÉRGICOS
ECO: ECOLÓGICO**

Se ofrece diariamente **agua y pan blanco**, alternando con **pan integral semanalmente**.
Las frutas, hortalizas y verduras son de temporada y de proveedores de proximidad.

Menú elaborado por el **Dpto. de Nutrición y Dietética** de Algadi formado por profesionales cualificados, Dietistas y Nutricionistas: M.L. Cok(T.S. Nº2816) / H.C. Col: (CYL00366) / R/N (T.S) Según el **Reglamento 1169/2011** de información facilitada al consumidor, se informa sobre alérgenos presentes en alimentos no envasados y se refleja en nuestros menús de alergias alimentarias. Para cualquier otra información sobre alérgenos, contacte con nuestras oficinas centrales: ALGADI, SAU, info@algadi.com 91 547 46 46 c/Oquendo, 23, 4ª planta 28006 Madrid



SUGERENCIAS DESAYUNO SALUDABLE

LÁCTEO



Leche
Yogur
Queso
Cuajada
Requesón

CEREAL



Pan blanco
Pan Integral
Cereales
Galletas

FRUTA



Fruta Entera
Zumo de frutas natural
Tomate fresco

OTROS



Aceite de Oliva
(2 veces/semana)
Mermelada casera
y/o Miel
(2 veces/semana)
Bollería casera
(1 vez/semana)

SUGERENCIAS DE CENA

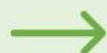
SI COMES

PUEDES CENAR

1º



Cereales
(arroz/pasta)



Verduras cocinadas
Hortalizas crudas



2º



Carne (pollo, ternera, cerdo)



Pescado o huevo



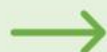
Huevo

Pescado o carne

POSTRES



Fruta



Lácteo o Fruta



Leche

Fruta

**NUEVO Real Decreto de comedores:
¡lo esencial en 15"!**

MENÚ SEMANAL: Aumento de pescados,
Legumbres y frutas.

DIA DE LA PROTEÍNA VEGETAL:
1 vez/mes en los menús.

PRODUCTOS ECOLÓGICOS: aumento al
5%.

PRODUCTOS INTEGRALES: mayor
frecuencia de arroz y pasta integral y pan
integral

DISMINUCIÓN: de fritos y precocinados

AGUA: Única bebida.

MENÚS ESPECIALES:
alergias/intolerancias y familias
informadas. Bocado Seguro

ENTRADA EN VIGOR: 16/04/2026

MÁS VERDE

¡¡Llena tu plato de color con + frutas
y verduras cada día!!

Se siguen las recomendaciones de la FEN, OMS, Estrategia NAOS y Plan 2020.

Los menús están sujetos a cambios debido a las variaciones de las materias primas en mercado.

Menú supervisado por la Dirección del Centro.



¡Hola, soy PIPO!

Soy tú proteína vegetal
Prepárate para verme
en acción en tus menús
¡¡Te aportaré todos
tus nutrientes
necesarios!!



LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES																															
FESTIVO																																							
4	*Macarrones con tomate *Merluza a la andaluza Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4, 14) 617 Kcal 19,3g Prot 24,7g Lip 72,1g Hc	5	Alubias blancas estofadas (pimiento,zanahoria) Tortilla de calabacín y patata Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 3) 861 Kcal 27g Prot 31,5g Lip 138,6g Hc	6	Crema de zanahoria ECO *Filete de pollo en salsa Patatas asadas Postre lácteo / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 7) 754 Kcal 31,3g Prot 16,7g Lip 107,4g Hc	7	Arroz murciano *Merluza al limón Ensalada de lechuga, zanahoria y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4, 14) 615 Kcal 21,4g Prot 14,8g Lip 88,6g Hc	8	Vichyssoise Lomo en salsa de manzana Guisantes salteados Fruta de temporada Pan sin alérgenos (7, 14) 570 Kcal 20,6g Prot 25,2g Lip 59g Hc	11	Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Tortilla de patata Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 3) 722 Kcal 25,5g Prot 27,4g Lip 77,3g Hc	12	Arroz con salsa de tomate Merluza al horno Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4, 14) 651 Kcal 22,3g Prot 19,2g Lip 89,9g Hc	13	Crema de verduras (calabacín,acelga y zanahoria) Filete de pollo al ajillo con hierbas provenzales Ensalada de lechuga y aceitunas Postre lácteo / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 7) 753 Kcal 28,7g Prot 20,3g Lip 99,7g Hc	14	Sopa de ave de cocido Cocido completo: garbanzos, ternera, pollo y cerdo Repollo, patata y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3, 6, 7, 14) 695 Kcal 32,1g Prot 23,4g Lip 82,5g Hc	15		18	Arroz integral con salsa de tomate Merluza al ajillo Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4, 14) 617 Kcal 21g Prot 16,8g Lip 85g Hc	19	Alubias blancas estofadas (pimiento,zanahoria) Contramuslo de pollo asado al limón Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 788 Kcal 34,4g Prot 17,5g Lip 111,9g Hc	20	*Macarrones con tomate Salmón al horno Ensalada de lechuga, tomate y queso Postre lácteo / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4, 7, 14) 716 Kcal 27,9g Prot 32,8g Lip 71,7g Hc	21	Garbanzos con verduras Huevo frito Pisto manchego Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 3) 738 Kcal 24,4g Prot 35,1g Lip 71,7g Hc	22	Judías verdes rehogadas con zanahoria ECO Cinta de lomo asada Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 728 Kcal 22,1g Prot 24,3g Lip 87,9g Hc	25	*Espaguetis con salsa de tomate Tortilla francesa con queso Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3, 7, 14) 681 Kcal 14,6g Prot 22,1g Lip 100g Hc	26	Arroz hortelano (j.verde, calabacín y zanahoria) Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 746 Kcal 20g Prot 18g Lip 113,6g Hc	27	Crema de calabaza ECO Filete de pollo guisado Wok de verduras Postre lácteo / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 7) 750 Kcal 28g Prot 18,6g Lip 101,7g Hc	28	Sopa de verdura Estofado de cerdo con verduras Arroz integral Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 568 Kcal 27,6g Prot 11,2g Lip 68,2g Hc	29	Garbanzos con verduras *Merluza a la andaluza Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 4) 701 Kcal 28,6g Prot 26,2g Lip 76,5g Hc



Se ofrece diariamente **agua y pan blanco**, alternando con **pan integral semanalmente**.
 Las frutas, hortalizas y verduras son de temporada y de proveedores de proximidad.

Menú elaborado por el **Dpto. de Nutrición y Dietética** de **Algadi** formado por profesionales cualificados, Dietistas y Nutricionistas: M.L. Cok(T.S. Nº2816) / H.C. Col: (CYL00366) / R/N (T.S.)
 Según el **Reglamento 1169/2011** de información facilitada al consumidor, se informa sobre alérgenos presentes en alimentos no envasados y se refleja en nuestros menús de alergias alimentarias.
 Para cualquier otra información sobre alérgenos, contacte con nuestras oficinas centrales: ALGADI, SAU, info@algadi.com 91 547 46 46 c/Oquendo, 23, 4ª planta 28006 Madrid

A: ALÉRGICOS
ECO: ECOLÓGICO



SUGERENCIAS DESAYUNO SALUDABLE

LÁCTEO



Leche
Yogur
Queso
Cuajada
Requesón

CEREAL



Pan blanco
Pan Integral
Cereales
Galletas

FRUTA



Fruta Entera
Zumo de frutas natural
Tomate fresco

OTROS



Aceite de Oliva
(2 veces/semana)
Mermelada casera
y/o Miel
(2 veces/semana)
Bollería casera
(1 vez/semana)

SUGERENCIAS DE CENA

SI COMES

PUEDES CENAR

1º



Cereales
(arroz/pasta)



Verduras cocinadas
Hortalizas crudas



2º



Carne (pollo, ternera, cerdo)



Pescado o huevo



Huevo

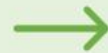
Pescado o carne



POSTRES



Fruta



Lácteo o Fruta



Leche

Fruta

MÁS VERDE

¡¡Llena tu plato de color con + frutas y verduras cada día!!



Se siguen las recomendaciones de la FEN, OMS, Estrategia NAOS y Plan 2020.

Los menús están sujetos a cambios debido a las variaciones de las materias primas en mercado.

Menú supervisado por la Dirección del Centro.

**NUEVO Real Decreto de comedores:
¡lo esencial en 15"!**

MENÚ SEMANAL: Aumento de pescados, legumbres y frutas.

DÍA DE LA PROTEÍNA VEGETAL:
1 vez/mes en los menús.

PRODUCTOS ECOLÓGICOS: aumento al 5%.

PRODUCTOS INTEGRALES: mayor frecuencia de arroz y pasta integral y pan integral

DISMINUCIÓN: de fritos y precocinados

AGUA: Única bebida.

MENÚS ESPECIALES:
alergias/intolerancias y familias informadas. Bocado Seguro

ENTRADA EN VIGOR: 16/04/2026



¡Hola, soy PIPO!

Soy tú proteína vegetal
Prepárate para verme
en acción en tus menús
¡¡Te aportaré todos
tus nutrientes
necesarios!!



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
					1 FESTIVO
4	*Macarrones con tomate *Merluza a la andaluza Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4, 14) 617 Kcal 19,3g Prot 24,7g Lip 72,1g Hc	5 Alubias blancas estofadas (pimiento,zanahoria) Filete de pavo a la plancha Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 777 Kcal 29,1g Prot 18,4g Lip 112,9g Hc	6 Crema de zanahoria ECO Hamburguesa de pollo en salsa Patatas asadas Postre lácteo / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 6, 7) 746 Kcal 21,6g Prot 23,4g Lip 100,6g Hc	7 Arroz murciano *Merluza al limón Ensalada de lechuga, zanahoria y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4, 14) 615 Kcal 21,4g Prot 14,8g Lip 88,6g Hc	8 Vichyssoise Lomo en salsa de manzana Guisantes salteados Fruta de temporada Pan sin alérgenos (7, 14) 570 Kcal 20,6g Prot 25,2g Lip 59g Hc
11	Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Cinta de lomo fresca a la plancha Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 633 Kcal 29,9g Prot 23,7g Lip 64,1g Hc	12 Arroz con salsa de tomate Merluza al horno Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4, 14) 651 Kcal 22,3g Prot 19,2g Lip 89,9g Hc	13 Crema de verduras (calabacín,acelga y zanahoria) Filete de pollo al ajillo con hierbas provenzales Ensalada de lechuga y aceitunas Postre lácteo / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 7) 753 Kcal 28,7g Prot 20,3g Lip 99,7g Hc	14 Sopa de ave de cocido Cocido (Garbanzo, ternera y pollo) Repollo, patata y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 578 Kcal 28,1g Prot 13,6g Lip 82,8g Hc	15
18	Arroz integral con salsa de tomate Merluza al ajillo Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4, 14) 617 Kcal 21g Prot 16,8g Lip 85g Hc	19 Alubias blancas estofadas (pimiento,zanahoria) Contramuslo de pollo asado al limón Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 788 Kcal 34,4g Prot 17,5g Lip 111,9g Hc	20 *Macarrones con tomate Salmón al horno Ensalada de lechuga, tomate y queso Postre lácteo / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4, 7, 14) 716 Kcal 27,9g Prot 32,8g Lip 71,7g Hc	21 Garbanzos con verduras *Filete de pollo en salsa Pisto manchego Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 691 Kcal 36,5g Prot 18,8g Lip 83,1g Hc	22 Judías verdes rehogadas con zanahoria ECO Cinta de lomo asada Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 728 Kcal 22,1g Prot 24,3g Lip 87,9g Hc
25	*Espaguetis con salsa de tomate Filete de pavo al limón Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1, 14) 597 Kcal 20g Prot 14,8g Lip 88,9g Hc	26 Arroz hortelano (j.verde, calabacín y zanahoria) Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 746 Kcal 20g Prot 18g Lip 113,6g Hc	27 Crema de calabaza ECO Filete de pollo guisado Wok de verduras Postre lácteo / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 1, 7) 767 Kcal 28,5g Prot 18,6g Lip 105,2g Hc	28 Sopa de verdura Estofado de cerdo con verduras Arroz integral Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 568 Kcal 27,6g Prot 11,2g Lip 68,2g Hc	29 Garbanzos con verduras *Merluza a la andaluza Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 4) 701 Kcal 28,6g Prot 26,2g Lip 76,5g Hc



Se ofrece diariamente **agua y pan blanco**, alternando con **pan integral semanalmente**.
 Las frutas, hortalizas y verduras son de temporada y de proveedores de proximidad.

A: ALÉRGICOS
ECO: ECOLÓGICO



SUGERENCIAS DESAYUNO SALUDABLE

LÁCTEO



Leche
Yogur
Queso
Cuajada
Requesón

CEREAL



Pan blanco
Pan Integral
Cereales
Galletas

FRUTA



Fruta Entera
Zumo de frutas natural
Tomate fresco

OTROS



Aceite de Oliva
(2 veces/semana)
Mermelada casera
y/o Miel
(2 veces/semana)
Bollería casera
(1 vez/semana)

SUGERENCIAS DE CENA

SI COMES

PUEDES CENAR

1º



Cereales
(arroz/pasta)



Verduras cocinadas
Hortalizas crudas



2º



Carne (pollo, ternera, cerdo)



Pescado o huevo



Huevo

Pescado o carne



POSTRES



Fruta



Lácteo o Fruta



Leche

Fruta

**NUEVO Real Decreto de comedores:
¡lo esencial en 15"!**

MENÚ SEMANAL: Aumento de pescados,
Legumbres y frutas.

DIA DE LA PROTEÍNA VEGETAL:
1 vez/mes en los menús.

PRODUCTOS ECOLÓGICOS: aumento al
5%.

PRODUCTOS INTEGRALES: mayor
frecuencia de arroz y pasta integral y pan
integral

DISMINUCIÓN: de fritos y precocinados

AGUA: Única bebida.

MENÚS ESPECIALES:
alergias/intolerancias y familias
informadas. Bocado Seguro

ENTRADA EN VIGOR: 16/04/2026

MÁS VERDE

¡¡Llena tu plato de color con + frutas
y verduras cada día!!

Se siguen las recomendaciones de la FEN, OMS, Estrategia NAOS y Plan 2020.

Los menús están sujetos a cambios debido a las variaciones de las materias primas en mercado.

Menú supervisado por la Dirección del Centro.



¡Hola, soy PIPO!

Soy tú proteína vegetal
Prepárate para verme
en acción en tus menús

¡Te aportaré todos
tus nutrientes
necesarios!!





LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES																															
FESTIVO																																							
4	<p>Macarrones integrales con salsa de tomate *Merluza a la andaluza Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan (1, 4, 14) 683 Kcal 26,4g Prot 25,9g Lip 81,3g Hc</p>	5	<p>Alubias blancas estofadas (pimiento,zanahoria) Tortilla de calabacín y patata Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan (14, 3, 1) 650 Kcal 28,1g Prot 31,9g Lip 95,8g Hc</p>	6	<p>Crema de zanahoria ECO Hamburguesa de pollo en salsa Patatas asadas Fruta de temporada Pan (14, 6, 1) 701 Kcal 25,4g Prot 22,8g Lip 96g Hc</p>	7	<p>Arroz murciano Merluza al limón Ensalada de lechuga, zanahoria y tomate Fruta de temporada Pan (1, 4, 14) 793 Kcal 30g Prot 19,1g Lip 119,8g Hc</p>	8	<p>Crema de puerros Lomo en salsa de manzana Guisantes salteados Fruta de temporada Pan (14, 1) 488 Kcal 22,2g Prot 20,3g Lip 51,9g Hc</p>	11	<p>Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Tortilla de patata Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan (14, 3, 1) 696 Kcal 27,5g Prot 27,8g Lip 72,5g Hc</p>	12	<p>Arroz con salsa de tomate Merluza al horno Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta de temporada Pan (4, 14, 1) 625 Kcal 24,3g Prot 19,5g Lip 85,1g Hc</p>	13	<p>Crema de verduras (calabacín,acelga y zanahoria) Filete de pollo al ajillo con hierbas provenzales Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan (14, 1) 649 Kcal 32,2g Prot 19,7g Lip 82,9g Hc</p>	14	<p>Sopa de cocido con fideos integrales ECO Cocido (Garbanzo, ternera y pollo) Repollo, patata y zanahoria Fruta de temporada Pan (1, 14) 591 Kcal 270,8g Prot 17g Lip 79,4g Hc</p>	15		18	<p>Arroz integral con salsa de tomate Merluza al ajillo Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan (4, 14, 1) 619 Kcal 24,6g Prot 20,4g Lip 78,4g Hc</p>	19	<p>Alubias blancas estofadas (pimiento,zanahoria) Contramuslo de pollo asado al limón Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan (14, 1) 577 Kcal 35,5g Prot 17,8g Lip 69,1g Hc</p>	20	<p>Coditos con tomate Salmón al horno Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan (1, 4, 14) 718 Kcal 31,5g Prot 30,8g Lip 76,1g Hc</p>	21	<p>Garbanzos con verduras Huevo frito Pisto manchego Fruta de temporada Pan (14, 3, 1) 712 Kcal 26,4g Prot 35,4g Lip 66,9g Hc</p>	22	<p>Judías verdes rehogadas con zanahoria ECO Cinta de lomo asada Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan (14, 1) 468 Kcal 21,7g Prot 20,9g Lip 44,7g Hc</p>	25	<p>Espaguetis con tomate Tortilla francesa Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan (1, 3, 14) 663 Kcal 17,1g Prot 25,8g Lip 88,8g Hc</p>	26	<p>Arroz hortelano (j.verde, calabacín y zanahoria) Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta de temporada Pan (14, 1) 720 Kcal 22g Prot 18,4g Lip 108,8g Hc</p>	27	<p>Crema de calabaza ECO Filete de pollo guisado Wok de verduras Fruta de temporada Pan (14, 1) 662 Kcal 32g Prot 18g Lip 88,4g Hc</p>	28	<p>Sopa de verdura Estofado de cerdo con verduras Arroz integral Fruta de temporada Pan (14, 1) 542 Kcal 29,5g Prot 11,6g Lip 63,4g Hc</p>	29	<p>Garbanzos con verduras Merluza a la romana casera Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan (14, 1, 3, 4) 686 Kcal 32,7g Prot 27,5g Lip 70,2g Hc</p>



A: ALÉRGICOS
ECO: ECOLÓGICO

Se ofrece diariamente **agua y pan blanco**, alternando con **pan integral semanalmente**.
Las frutas, hortalizas y verduras son de temporada y de proveedores de proximidad.

Menú elaborado por el **Dpto. de Nutrición y Dietética** de Algadi formado por profesionales cualificados, Dietistas y Nutricionistas: M.L. Cok(T.S. Nº2816) / H.C. Col: (CYL00366) / R/N (T.S)
Según el **Reglamento 1169/2011** de información facilitada al consumidor, se informa sobre alérgenos presentes en alimentos no envasados y se refleja en nuestros menús de alergias alimentarias.
Para cualquier otra información sobre alérgenos, contacte con nuestras oficinas centrales: ALGADI, SAU, info@algadi.com 91 547 46 46 c/Oquendo, 23, 4ª planta 28006 Madrid



SUGERENCIAS DESAYUNO SALUDABLE

LÁCTEO



Leche
Yogur
Queso
Cuajada
Requesón

CEREAL



Pan blanco
Pan Integral
Cereales
Galletas

FRUTA



Fruta Entera
Zumo de frutas natural
Tomate fresco

OTROS



Aceite de Oliva
(2 veces/semana)
Mermelada casera
y/o Miel
(2 veces/semana)
Bollería casera
(1 vez/semana)

SUGERENCIAS DE CENA

SI COMES

PUEDES CENAR

1º



Cereales
(arroz/pasta)



Verduras cocinadas
Hortalizas crudas



2º



Carne (pollo, ternera, cerdo)



Pescado o huevo



Huevo

Pescado o carne

POSTRES



Fruta



Lácteo o Fruta



Leche

Fruta

**NUEVO Real Decreto de comedores:
¡lo esencial en 15"!**

MENÚ SEMANAL: Aumento de pescados,
Legumbres y frutas.

DIA DE LA PROTEÍNA VEGETAL:
1 vez/mes en los menús.

PRODUCTOS ECOLÓGICOS: aumento al
5%.

PRODUCTOS INTEGRALES: mayor
frecuencia de arroz y pasta integral y pan
integral

DISMINUCIÓN: de fritos y precocinados

AGUA: Única bebida.

MENÚS ESPECIALES:
alergias/intolerancias y familias
informadas. Bocado Seguro

ENTRADA EN VIGOR: 16/04/2026

MÁS VERDE

¡¡Llena tu plato de color con + frutas
y verduras cada día!!

Se siguen las recomendaciones de la FEN, OMS, Estrategia NAOS y Plan 2020.

Los menús están sujetos a cambios debido a las variaciones de las materias primas en mercado.

Menú supervisado por la Dirección del Centro.



¡Hola, soy PIPO!

Soy tú proteína vegetal
Prepárate para verme
en acción en tus menús

¡¡Te aportaré todos
tus nutrientes
necesarios!!





LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
FESTIVO									
4	<p>*Macarrones con tomate Delicias de calamar Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1, 3, 12, 14)</p> <p>654 Kcal 10,4g Prot 29,1g Lip 80,5g Hc</p>	5	<p>Patatas estofadas con verduras Tortilla de calabacín y patata Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 3)</p> <p>780 Kcal 18g Prot 31g Lip 122,8g Hc</p>	6	<p>Crema de zanahoria ECO *Filete de pollo en salsa Patatas asadas Postre lácteo / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 7)</p> <p>754 Kcal 31,3g Prot 16,7g Lip 107,4g Hc</p>	7	<p>Arroz con verduras *Merluza al limón Ensalada de lechuga, zanahoria y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4, 14)</p> <p>564 Kcal 20,6g Prot 11,8g Lip 87,1g Hc</p>	8	<p>Vichyssoise Lomo en salsa de manzana Zanahoria baby Fruta de temporada Pan sin alérgenos (7, 14)</p> <p>571 Kcal 19,4g Prot 25,1g Lip 60,2g Hc</p>
11	<p>*Espirales a la napolitana Tortilla de patata Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3, 14)</p> <p>735 Kcal 15,7g Prot 25,6g Lip 99,7g Hc</p>	12	<p>Arroz con salsa de tomate Merluza al horno Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4, 14)</p> <p>651 Kcal 22,3g Prot 19,2g Lip 89,9g Hc</p>	13	<p>Crema de verduras (calabacín, acelga y zanahoria) Filete de pollo al ajillo con hierbas provenzales Ensalada de lechuga y aceitunas Postre lácteo / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 7)</p> <p>753 Kcal 28,7g Prot 20,3g Lip 99,7g Hc</p>	14	<p>*Sopa de ave Pollo cocido Patata y zanahoria cocida Fruta de temporada Pan sin alérgenos</p> <p>582 Kcal 36,2g Prot 16,2g Lip 61,9g Hc</p>	15	
18	<p>Arroz integral con salsa de tomate Merluza al ajillo Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4, 14)</p> <p>617 Kcal 21g Prot 16,8g Lip 85g Hc</p>	19	<p>Ensalada de patata Contramuslo de pollo asado al limón Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14)</p> <p>682 Kcal 25,3g Prot 14,8g Lip 95,4g Hc</p>	20	<p>*Macarrones con tomate Salmón al horno Ensalada de lechuga, tomate y queso Postre lácteo / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4, 7, 14)</p> <p>716 Kcal 27,9g Prot 32,8g Lip 71,7g Hc</p>	21	<p>Pisto de verduras Huevo frito Pisto manchego Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3)</p> <p>534 Kcal 15,5g Prot 29,2g Lip 46,8g Hc</p>	22	<p>Crema de calabacín Cinta de lomo asada Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14)</p> <p>695 Kcal 20,5g Prot 20,2g Lip 92,2g Hc</p>
25	<p>*Espaguetis con salsa de tomate Tortilla francesa con queso Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3, 7, 14)</p> <p>681 Kcal 14,6g Prot 22,1g Lip 100g Hc</p>	26	<p>Arroz con verduras Pisto de verduras Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14)</p> <p>537 Kcal 8,5g Prot 11,5g Lip 92,6g Hc</p>	27	<p>Crema de calabaza ECO Filete de pollo guisado Wok de verduras Postre lácteo / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 1, 7)</p> <p>767 Kcal 28,5g Prot 18,6g Lip 105,2g Hc</p>	28	<p>Sopa de verdura Estofado de cerdo con verduras Arroz integral Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14)</p> <p>568 Kcal 27,6g Prot 11,2g Lip 68,2g Hc</p>	29	<p>Guiso de patatas con verduras *Merluza a la andaluza Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 4)</p> <p>589 Kcal 20,4g Prot 23g Lip 65,4g Hc</p>



A: ALÉRGICOS
ECO: ECOLÓGICO

Se ofrece diariamente **agua y pan blanco**, alternando con **pan integral semanalmente**.
Las frutas, hortalizas y verduras son de temporada y de proveedores de proximidad.

Menú elaborado por el **Dpto. de Nutrición y Dietética** de **Algadi** formado por profesionales cualificados, Dietistas y Nutricionistas: M.L. Cok(T.S. Nº2816) / H.C. Col: (CYL00366) / R/N (T.S.)
Según el **Reglamento 1169/2011** de información facilitada al consumidor, se informa sobre alérgenos presentes en alimentos no envasados y se refleja en nuestros menús de alergias alimentarias.
Para cualquier otra información sobre alérgenos, contacte con nuestras oficinas centrales: ALGADI, SAU, info@algadi.com 91 547 46 46 c/Oquendo, 23, 4ª planta 28006 Madrid



SUGERENCIAS DESAYUNO SALUDABLE

LÁCTEO



Leche
Yogur
Queso
Cuajada
Requesón

CEREAL



Pan blanco
Pan Integral
Cereales
Galletas

FRUTA



Fruta Entera
Zumo de frutas natural
Tomate fresco

OTROS



Aceite de Oliva
(2 veces/semana)
Mermelada casera
y/o Miel
(2 veces/semana)
Bollería casera
(1 vez/semana)

SUGERENCIAS DE CENA

SI COMES

PUEDES CENAR

1º



Cereales
(arroz/pasta)



Verduras cocinadas
Hortalizas crudas



2º



Carne (pollo, ternera, cerdo)



Pescado o huevo



Huevo

Pescado o carne

POSTRES



Fruta



Lácteo o Fruta



Leche

Fruta

**NUEVO Real Decreto de comedores:
¡lo esencial en 15"!**

MENÚ SEMANAL: Aumento de pescados,
Legumbres y frutas.

DIAS DE LA PROTEÍNA VEGETAL:
1 vez/mes en los menús.

PRODUCTOS ECOLÓGICOS: aumento al
5%.

PRODUCTOS INTEGRALES: mayor
frecuencia de arroz y pasta integral y pan
integral

DISMINUCIÓN: de fritos y precocinados

AGUA: Única bebida.

MENÚS ESPECIALES:
alergias/intolerancias y familias
informadas. Bocado Seguro

ENTRADA EN VIGOR: 16/04/2026

MÁS VERDE

¡¡Llena tu plato de color con + frutas
y verduras cada día!!

Se siguen las recomendaciones de la FEN, OMS, Estrategia NAOS y Plan 2020.

Los menús están sujetos a cambios debido a las variaciones de las materias primas en mercado.

Menú supervisado por la Dirección del Centro.



¡Hola, soy PIPO!

Soy tú proteína vegetal
Prepárate para verme
en acción en tus menús

¡Te aportaré todos
tus nutrientes
necesarios!!





LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
								FESTIVO	
4	<p>Macarrones integrales con salsa de tomate</p> <p>Delicias de calamar</p> <p>Ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>Pan</p> <p>(1, 3, 12, 14)</p> <p>720 Kcal 17,4g Prot 30,4g Lip 89,7g Hc</p>	5	<p>Alubias blancas estofadas (pimiento,zanahoria)</p> <p>Tortilla de calabacín y patata</p> <p>Ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>Pan / Pan integral</p> <p>(14, 3, 1, 6, 10, 11)</p> <p>653 Kcal 28,3g Prot 32g Lip 95,8g Hc</p>	6	<p>Crema de zanahoria ECO</p> <p>Hamburguesa de pollo en salsa</p> <p>Patatas asadas</p> <p>Postre lácteo / Fruta de temporada</p> <p>Pan</p> <p>(14, 6, 7, 1)</p> <p>747 Kcal 27,4g Prot 24,5g Lip 102,4g Hc</p>	7	<p>Arroz murciano</p> <p>Merluza al limón</p> <p>Ensalada de lechuga, zanahoria y tomate</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>Pan</p> <p>(1, 4, 14)</p> <p>793 Kcal 30g Prot 19,1g Lip 119,8g Hc</p>	8	<p>Vichyssoise</p> <p>Lomo en salsa de manzana</p> <p>Guisantes salteados</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>Pan / Pan integral</p> <p>(7, 14, 1, 6, 10, 11)</p> <p>709 Kcal 27,6g Prot 26,4g Lip 88,9g Hc</p>
11	<p>Espirales a la napolitana</p> <p>Tortilla de patata</p> <p>Ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>Pan</p> <p>(1, 3, 14)</p> <p>735 Kcal 21,2g Prot 29,6g Lip 89g Hc</p>	12	<p>Arroz con salsa de tomate</p> <p>Merluza al horno</p> <p>Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>Pan / Pan integral</p> <p>(4, 14, 1, 6, 10, 11)</p> <p>628 Kcal 24,5g Prot 19,7g Lip 85,1g Hc</p>	13	<p>Crema de verduras (calabacín,acelga y zanahoria)</p> <p>Filete de pollo al ajillo con hierbas provenzales</p> <p>Ensalada de lechuga y aceitunas</p> <p>Postre lácteo / Fruta de temporada</p> <p>Pan</p> <p>(14, 7, 1)</p> <p>695 Kcal 34,3g Prot 21,4g Lip 89,3g Hc</p>	14	<p>Sopa de cocido con fideos integrales ECO</p> <p>Cocido completo: garbanzos, ternera, pollo y cerdo</p> <p>Repollo, patata y zanahoria</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>Pan / Pan integral</p> <p>(1, 3, 6, 7, 14, 10, 11)</p> <p>666 Kcal 273,8g Prot 26,8g Lip 69,7g Hc</p>	15	
18	<p>Arroz integral con salsa de tomate</p> <p>Merluza al ajillo</p> <p>Ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>Pan</p> <p>(4, 14, 1)</p> <p>619 Kcal 24,6g Prot 20,4g Lip 78,4g Hc</p>	19	<p>Alubias blancas estofadas (pimiento,zanahoria)</p> <p>Contramuslo de pollo asado al limón</p> <p>Ensalada de lechuga</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>Pan / Pan integral</p> <p>(14, 1, 6, 10, 11)</p> <p>580 Kcal 35,7g Prot 17,9g Lip 69,2g Hc</p>	20	<p>Coditos a la napolitana con queso</p> <p>Salmón al horno</p> <p>Ensalada de lechuga, tomate y queso</p> <p>Postre lácteo / Fruta de temporada</p> <p>Pan</p> <p>(1, 7, 4, 14)</p> <p>783 Kcal 37,2g Prot 34,1g Lip 80,5g Hc</p>	21	<p>Garbanzos con verduras</p> <p>Huevo frito</p> <p>Pisto manchego</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>Pan</p> <p>(14, 3, 1)</p> <p>712 Kcal 26,4g Prot 35,4g Lip 66,9g Hc</p>	22	<p>Judías verdes rehogadas con zanahoria ECO</p> <p>Cinta de lomo asada</p> <p>Ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>Pan / Pan integral</p> <p>(14, 1, 6, 10, 11)</p> <p>520 Kcal 23,4g Prot 24,8g Lip 45,2g Hc</p>
25	<p>Espaguetis con tomate</p> <p>Tortilla francesa con queso</p> <p>Ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>Pan</p> <p>(1, 3, 7, 14)</p> <p>698 Kcal 20,1g Prot 28,2g Lip 89,1g Hc</p>	26	<p>Arroz hortelano (j.verde, calabacín y zanahoria)</p> <p>Pisto de verduras</p> <p>Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>Pan / Pan integral</p> <p>(14, 1, 6, 10, 11)</p> <p>541 Kcal 10,9g Prot 15g Lip 87,9g Hc</p>	27	<p>Crema de calabaza ECO</p> <p>Filete de pollo guisado</p> <p>Wok de verduras</p> <p>Postre lácteo / Fruta de temporada</p> <p>Pan</p> <p>(14, 1, 7)</p> <p>709 Kcal 34,1g Prot 19,7g Lip 94,9g Hc</p>	28	<p>Sopa de verdura</p> <p>Estofado de cerdo al curry</p> <p>Arroz integral</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>Pan</p> <p>(14, 1, 7)</p> <p>597 Kcal 30,5g Prot 15,3g Lip 67,7g Hc</p>	29	<p>Garbanzos con verduras</p> <p>Merluza a la romana casera</p> <p>Ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>Pan / Pan integral</p> <p>(14, 1, 3, 4, 6, 10, 11)</p> <p>689 Kcal 32,9g Prot 27,6g Lip 70,2g Hc</p>



A: ALÉRGICOS
ECO: ECOLÓGICO

Se ofrece diariamente **agua y pan blanco**, alternando con **pan integral semanalmente**.
Las frutas, hortalizas y verduras son de temporada y de proveedores de proximidad.

Menú elaborado por el **Dpto. de Nutrición y Dietética** de Algadi formado por profesionales cualificados, Dietistas y Nutricionistas: M.L. Cok(T.S. Nº2816) / H.C. Col: (CYL00366) / R/N (T.S.)
Según el **Reglamento 1169/2011** de información facilitada al consumidor, se informa sobre alérgenos presentes en alimentos no envasados y se refleja en nuestros menús de alergias alimentarias.
Para cualquier otra información sobre alérgenos, contacte con nuestras oficinas centrales: ALGADI, SAU, info@algadi.com 91 547 46 46 c/Oquendo, 23, 4ª planta 28006 Madrid



SUGERENCIAS DESAYUNO SALUDABLE

LÁCTEO



Leche
Yogur
Queso
Cuajada
Requesón

CEREAL



Pan blanco
Pan Integral
Cereales
Galletas

FRUTA



Fruta Entera
Zumo de frutas natural
Tomate fresco

OTROS



Aceite de Oliva
(2 veces/semana)
Mermelada casera
y/o Miel
(2 veces/semana)
Bollería casera
(1 vez/semana)

SUGERENCIAS DE CENA

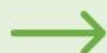
SI COMES

PUEDES CENAR

1º



Cereales
(arroz/pasta)



Verduras cocinadas
Hortalizas crudas



2º



Carne (pollo, ternera, cerdo)



Pescado o huevo



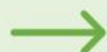
Huevo

Pescado o carne

POSTRES



Fruta



Lácteo o Fruta



Fruta

NUEVO Real Decreto de comedores:
¡lo esencial en 15"!

MENÚ SEMANAL: Aumento de pescados,
Legumbres y frutas.

DIA DE LA PROTEÍNA VEGETAL:
1 vez/mes en los menús.

PRODUCTOS ECOLÓGICOS: aumento al
5%.

PRODUCTOS INTEGRALES: mayor
frecuencia de arroz y pasta integral y pan
integral

DISMINUCIÓN: de fritos y precocinados

AGUA: Única bebida.

MENÚS ESPECIALES:
alergias/intolerancias y familias
informadas. Bocado Seguro

ENTRADA EN VIGOR: 16/04/2026



¡Hola, soy PIPO!

Soy tú proteína vegetal
Prepárate para verme
en acción en tus menús
¡Te aportaré todos
tus nutrientes
necesarios!!



MÁS VERDE

¡Llena tu plato de color con + frutas
y verduras cada día!!



Se siguen las recomendaciones de la FEN, OMS, Estrategia NAOS y Plan 2020.

Los menús están sujetos a cambios debido a las variaciones de las materias primas en mercado.

Menú supervisado por la Dirección del Centro.

SIN
GLUTEN

COLABORADOR

Asociación de Celíacos y
Sensibles al Gluten
www.celacos.es





LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES																															
FESTIVO																																							
4	<p>Macarrones integrales con salsa de tomate Delicias de calamar Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1, 3, 12, 14)</p> <p>746 Kcal 15,5g Prot 30g Lip 94,5g Hc</p>	5	<p>Alubias blancas estofadas (pimiento,zanahoria) Tortilla de calabacín y patata Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 3)</p> <p>861 Kcal 27g Prot 31,5g Lip 138,6g Hc</p>	6	<p>Crema de zanahoria ECO *Filete de pollo en salsa Patatas asadas Postre lácteo / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 7)</p> <p>754 Kcal 31,3g Prot 16,7g Lip 107,4g Hc</p>	7	<p>Arroz murciano Merluza al limón Ensalada de lechuga, zanahoria y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1, 4, 14)</p> <p>667 Kcal 23,5g Prot 18g Lip 92,2g Hc</p>	8	<p>Vichyssoise Lomo en salsa de manzana Guisantes salteados Fruta de temporada Pan sin alérgenos (7, 14)</p> <p>570 Kcal 20,6g Prot 25,2g Lip 59g Hc</p>	11	<p>Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Tortilla de patata Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 3)</p> <p>722 Kcal 25,5g Prot 27,4g Lip 77,3g Hc</p>	12	<p>Arroz con salsa de tomate Merluza al horno Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4, 14)</p> <p>651 Kcal 22,3g Prot 19,2g Lip 89,9g Hc</p>	13	<p>Crema de verduras (calabacín,acelga y zanahoria) Filete de pollo al ajillo con hierbas provenzales Ensalada de lechuga y aceitunas Postre lácteo / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 7)</p> <p>753 Kcal 28,7g Prot 20,3g Lip 99,7g Hc</p>	14	<p>Sopa de cocido con fideos integrales ECO Cocido completo: garbanzos, ternera, pollo y cerdo Repollo, patata y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1, 3, 6, 7, 14)</p> <p>734 Kcal 27,9g Prot 26,5g Lip 84g Hc</p>	15		18	<p>Arroz integral con salsa de tomate Merluza al ajillo Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4, 14)</p> <p>645 Kcal 22,6g Prot 20g Lip 83,2g Hc</p>	19	<p>Alubias blancas estofadas (pimiento,zanahoria) Contramuslo de pollo asado al limón Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14)</p> <p>788 Kcal 34,4g Prot 17,5g Lip 111,9g Hc</p>	20	<p>Coditos a la napolitana con queso Salmón al horno Ensalada de lechuga, tomate y queso Postre lácteo / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1, 7, 4, 14)</p> <p>810 Kcal 35,3g Prot 33,7g Lip 85,3g Hc</p>	21	<p>Garbanzos con verduras Huevo frito Pisto manchego Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 3)</p> <p>738 Kcal 24,4g Prot 35,1g Lip 71,7g Hc</p>	22	<p>Judías verdes rehogadas con zanahoria ECO Cinta de lomo asada Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14)</p> <p>728 Kcal 22,1g Prot 24,3g Lip 87,9g Hc</p>	25	<p>Espaguetis con tomate Tortilla francesa con queso Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1, 3, 7, 14)</p> <p>724 Kcal 18,1g Prot 27,8g Lip 93,9g Hc</p>	26	<p>Arroz hortelano (j.verde, calabacín y zanahoria) Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14)</p> <p>746 Kcal 20g Prot 18g Lip 113,6g Hc</p>	27	<p>Crema de calabaza ECO Filete de pollo guisado Wok de verduras Postre lácteo / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 1, 7)</p> <p>767 Kcal 28,5g Prot 18,6g Lip 105,2g Hc</p>	28	<p>Sopa de verdura Estofado de cerdo con verduras Arroz integral Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14)</p> <p>568 Kcal 27,6g Prot 11,2g Lip 68,2g Hc</p>	29	<p>Garbanzos con verduras Merluza a la romana casera Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 1, 3, 4)</p> <p>712 Kcal 30,7g Prot 27,1g Lip 75g Hc</p>



Se ofrece diariamente **agua y pan blanco**, alternando con **pan integral semanalmente**.
Las frutas, hortalizas y verduras son de temporada y de proveedores de proximidad.

Menú elaborado por el **Dpto. de Nutrición y Dietética** de **Algadi** formado por profesionales cualificados, Dietistas y Nutricionistas: M.L. Cok(T.S. Nº2816) / H.C. Col: (CYL00366) / R/N (T.S) Según el **Reglamento 1169/2011** de información facilitada al consumidor, se informa sobre alérgenos presentes en alimentos no envasados y se refleja en nuestros menús de alergias alimentarias. Para cualquier otra información sobre alérgenos, contacte con nuestras oficinas centrales: ALGADI, SAU, info@algadi.com 91 547 46 46 c/Oquendo, 23, 4ª planta 28006 Madrid

A: ALÉRGICOS
ECO: ECOLÓGICO



SUGERENCIAS DESAYUNO SALUDABLE

LÁCTEO



Leche
Yogur
Queso
Cuajada
Requesón

CEREAL



Pan blanco
Pan Integral
Cereales
Galletas

FRUTA



Fruta Entera
Zumo de frutas natural
Tomate fresco

OTROS



Aceite de Oliva
(2 veces/semana)
Mermelada casera
y/o Miel
(2 veces/semana)
Bollería casera
(1 vez/semana)

SUGERENCIAS DE CENA

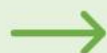
SI COMES

PUEDES CENAR

1º



Cereales
(arroz/pasta)



Verduras cocinadas
Hortalizas crudas



2º



Carne (pollo, ternera, cerdo)



Pescado o huevo



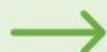
Huevo

Pescado o carne

POSTRES



Fruta



Lácteo o Fruta



Leche

Fruta

**NUEVO Real Decreto de comedores:
¡lo esencial en 15"!**

MENÚ SEMANAL: Aumento de pescados,
Legumbres y frutas.

DIA DE LA PROTEÍNA VEGETAL:
1 vez/mes en los menús.

PRODUCTOS ECOLÓGICOS: aumento al
5%.

PRODUCTOS INTEGRALES: mayor
frecuencia de arroz y pasta integral y pan
integral

DISMINUCIÓN: de fritos y precocinados

AGUA: Única bebida.

MENÚS ESPECIALES:
alergias/intolerancias y familias
informadas. Bocado Seguro

ENTRADA EN VIGOR: 16/04/2026

MÁS VERDE

¡¡Llena tu plato de color con + frutas
y verduras cada día!!

Se siguen las recomendaciones de la FEN, OMS, Estrategia NAOS y Plan 2020.

Los menús están sujetos a cambios debido a las variaciones de las materias primas en mercado.

Menú supervisado por la Dirección del Centro.



¡Hola, soy PIPO!

Soy tú proteína vegetal
Prepárate para verme
en acción en tus menús
¡¡Te aportaré todos
tus nutrientes
necesarios!!





LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
								FESTIVO	
4	<p>*Macarrones con tomate *Merluza a la andaluza Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4 , 14)</p> <p>617 Kcal 19,3g Prot 24,7g Lip 72,1g Hc</p>	5	<p>Alubias blancas estofadas (pimiento,zanahoria) Filete de pavo a la plancha Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14)</p> <p>777 Kcal 29,1g Prot 18,4g Lip 112,9g Hc</p>	6	<p>Crema de zanahoria ECO *Filete de pollo en salsa Patatas asadas Postre lácteo / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14 , 7)</p> <p>754 Kcal 31,3g Prot 16,7g Lip 107,4g Hc</p>	7	<p>Arroz murciano *Merluza al limón Ensalada de lechuga, zanahoria y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4 , 14)</p> <p>615 Kcal 21,4g Prot 14,8g Lip 88,6g Hc</p>	8	<p>Vichyssoise Lomo en salsa de manzana Guisantes salteados Fruta de temporada Pan sin alérgenos (7 , 14)</p> <p>570 Kcal 20,6g Prot 25,2g Lip 59g Hc</p>
11	<p>Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Cinta de lomo fresca a la plancha Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14)</p> <p>633 Kcal 29,9g Prot 23,7g Lip 64,1g Hc</p>	12	<p>Arroz con salsa de tomate Merluza al horno Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4 , 14)</p> <p>651 Kcal 22,3g Prot 19,2g Lip 89,9g Hc</p>	13	<p>Crema de verduras (calabacín,acelga y zanahoria) Filete de pollo al ajillo con hierbas provenzales Ensalada de lechuga y aceitunas Postre lácteo / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14 , 7)</p> <p>753 Kcal 28,7g Prot 20,3g Lip 99,7g Hc</p>	14	<p>Sopa de ave de cocido Cocido (Garbanzo, ternera y pollo) Repollo, patata y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14)</p> <p>578 Kcal 28,1g Prot 13,6g Lip 82,8g Hc</p>	15	
18	<p>Arroz integral con salsa de tomate Merluza al ajillo Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4 , 14)</p> <p>617 Kcal 21g Prot 16,8g Lip 85g Hc</p>	19	<p>Alubias blancas estofadas (pimiento,zanahoria) Contramuslo de pollo asado al limón Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14)</p> <p>788 Kcal 34,4g Prot 17,5g Lip 111,9g Hc</p>	20	<p>*Macarrones con tomate Salmón al horno Ensalada de lechuga, tomate y queso Postre lácteo / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4 , 7 , 14)</p> <p>716 Kcal 27,9g Prot 32,8g Lip 71,7g Hc</p>	21	<p>Garbanzos con verduras *Filete de pollo en salsa Pisto manchego Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14)</p> <p>691 Kcal 36,5g Prot 18,8g Lip 83,1g Hc</p>	22	<p>Judías verdes rehogadas con zanahoria ECO Cinta de lomo asada Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14)</p> <p>728 Kcal 22,1g Prot 24,3g Lip 87,9g Hc</p>
25	<p>*Espaguetis con salsa de tomate Filete de pavo al limón Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1 , 14)</p> <p>597 Kcal 20g Prot 14,8g Lip 88,9g Hc</p>	26	<p>Arroz hortelano (j.verde, calabacín y zanahoria) Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14)</p> <p>746 Kcal 20g Prot 18g Lip 113,6g Hc</p>	27	<p>Crema de calabaza ECO Filete de pollo guisado Wok de verduras Postre lácteo / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14 , 7)</p> <p>750 Kcal 28g Prot 18,6g Lip 101,7g Hc</p>	28	<p>Sopa de verdura Estofado de cerdo con verduras Arroz integral Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14)</p> <p>568 Kcal 27,6g Prot 11,2g Lip 68,2g Hc</p>	29	<p>Garbanzos con verduras *Merluza a la andaluza Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14 , 4)</p> <p>701 Kcal 28,6g Prot 26,2g Lip 76,5g Hc</p>



A: ALÉRGICOS
ECO: ECOLÓGICO

Se ofrece diariamente **agua y pan blanco**, alternando con **pan integral semanalmente**.
 Las frutas, hortalizas y verduras son de temporada y de proveedores de proximidad.

Menú elaborado por el **Dpto. de Nutrición y Dietética** de **Algadi** formado por profesionales cualificados, Dietistas y Nutricionistas: M.L. Cok(T.S. Nº2816) / H.C. Col: (CYL00366) / R/N (T.S.)
 Según el **Reglamento 1169/2011** de información facilitada al consumidor, se informa sobre alérgenos presentes en alimentos no envasados y se refleja en nuestros menús de alergias alimentarias.
 Para cualquier otra información sobre alérgenos, contacte con nuestras oficinas centrales: ALGADI, SAU, info@algadi.com 91 547 46 46 c/Oquendo, 23, 4ª planta 28006 Madrid



SUGERENCIAS DESAYUNO SALUDABLE

LÁCTEO



Leche
Yogur
Queso
Cuajada
Requesón

CEREAL



Pan blanco
Pan Integral
Cereales
Galletas

FRUTA



Fruta Entera
Zumo de frutas natural
Tomate fresco

OTROS



Aceite de Oliva
(2 veces/semana)
Mermelada casera
y/o Miel
(2 veces/semana)
Bollería casera
(1 vez/semana)

SUGERENCIAS DE CENA

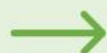
SI COMES

PUEDES CENAR

1º



Cereales
(arroz/pasta)



Verduras cocinadas
Hortalizas crudas



2º



Carne (pollo, ternera, cerdo)



Pescado o huevo



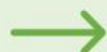
Huevo

Pescado o carne

POSTRES



Fruta



Lácteo o Fruta



Leche

Fruta

**NUEVO Real Decreto de comedores:
¡lo esencial en 15"!**

MENÚ SEMANAL: Aumento de pescados,
Legumbres y frutas.

DIA DE LA PROTEÍNA VEGETAL:
1 vez/mes en los menús.

PRODUCTOS ECOLÓGICOS: aumento al
5%.

PRODUCTOS INTEGRALES: mayor
frecuencia de arroz y pasta integral y pan
integral

DISMINUCIÓN: de fritos y precocinados

AGUA: Única bebida.

MENÚS ESPECIALES:
alergias/intolerancias y familias
informadas. Bocado Seguro

ENTRADA EN VIGOR: 16/04/2026

MÁS VERDE

¡¡Llena tu plato de color con + frutas
y verduras cada día!!

Se siguen las recomendaciones de la FEN, OMS, Estrategia NAOS y Plan 2020.

Los menús están sujetos a cambios debido a las variaciones de las materias primas en mercado.

Menú supervisado por la Dirección del Centro.



¡Hola, soy PIPO!

Soy tú proteína vegetal
Prepárate para verme
en acción en tus menús
¡¡Te aportaré todos
tus nutrientes
necesarios!!



LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES																															
FESTIVO																																							
4	*Macarrones con tomate *Merluza a la andaluza Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4, 14) 617 Kcal 19,3g Prot 24,7g Lip 72,1g Hc	5	Alubias blancas estofadas (pimiento,zanahoria) Tortilla de calabacín y patata Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 3) 861 Kcal 27g Prot 31,5g Lip 138,6g Hc	6	Crema de zanahoria ECO *Filete de pollo en salsa Patatas asadas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 708 Kcal 29,3g Prot 15g Lip 101g Hc	7	Arroz murciano *Merluza al limón Ensalada de lechuga, zanahoria y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4, 14) 615 Kcal 21,4g Prot 14,8g Lip 88,6g Hc	8	Crema de puerros Lomo en salsa de manzana Guisantes salteados Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 514 Kcal 20,2g Prot 19,9g Lip 56,7g Hc	11	Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Tortilla de patata Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 3) 722 Kcal 25,5g Prot 27,4g Lip 77,3g Hc	12	Arroz con salsa de tomate Merluza al horno Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4, 14) 651 Kcal 22,3g Prot 19,2g Lip 89,9g Hc	13	Crema de verduras (calabacín,acelga y zanahoria) Filete de pollo al ajillo con hierbas provenzales Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 707 Kcal 26,7g Prot 18,6g Lip 93,3g Hc	14	Sopa de ave de cocido Cocido completo: garbanzos, ternera, pollo y cerdo Repollo, patata y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3, 6, 7, 14) 695 Kcal 32,1g Prot 23,4g Lip 82,5g Hc	15		18	Arroz integral con salsa de tomate Merluza al ajillo Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4, 14) 617 Kcal 21g Prot 16,8g Lip 85g Hc	19	Alubias blancas estofadas (pimiento,zanahoria) Contramuslo de pollo asado al limón Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 788 Kcal 34,4g Prot 17,5g Lip 111,9g Hc	20	*Macarrones con tomate Salmón al horno Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4, 14) 650 Kcal 24,4g Prot 29,6g Lip 65,3g Hc	21	Garbanzos con verduras Huevo frito Pisto manchego Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 3) 738 Kcal 24,4g Prot 35,1g Lip 71,7g Hc	22	Judías verdes rehogadas con zanahoria ECO Cinta de lomo asada Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 679 Kcal 20,6g Prot 20,5g Lip 87,5g Hc	25	*Espaguetis con salsa de tomate Tortilla francesa Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3, 14) 646 Kcal 11,6g Prot 19,7g Lip 99,7g Hc	26	Arroz hortelano (j.verde, calabacín y zanahoria) Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 746 Kcal 20g Prot 18g Lip 113,6g Hc	27	Crema de calabaza ECO Filete de pollo guisado Wok de verduras Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 704 Kcal 26g Prot 16,9g Lip 95,3g Hc	28	Sopa de verdura Estofado de cerdo con verduras Arroz integral Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 568 Kcal 27,6g Prot 11,2g Lip 68,2g Hc	29	Garbanzos con verduras *Merluza a la andaluza Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 4) 701 Kcal 28,6g Prot 26,2g Lip 76,5g Hc



Se ofrece diariamente **agua y pan blanco**, alternando con **pan integral semanalmente**.
 Las frutas, hortalizas y verduras son de temporada y de proveedores de proximidad.

Menú elaborado por el **Dpto. de Nutrición y Dietética** de **Algadi** formado por profesionales cualificados, Dietistas y Nutricionistas: M.L. Cok(T.S. Nº2816) / H.C. Col: (CYL00366) / R/N (T.S) Según el **Reglamento 1169/2011** de información facilitada al consumidor, se informa sobre alérgenos presentes en alimentos no envasados y se refleja en nuestros menús de alergias alimentarias. Para cualquier otra información sobre alérgenos, contacte con nuestras oficinas centrales: ALGADI, SAU, info@algadi.com 91 547 46 46 c/Oquendo, 23, 4ª planta 28006 Madrid

A: ALÉRGICOS
ECO: ECOLÓGICO



SUGERENCIAS DESAYUNO SALUDABLE

LÁCTEO



Leche
Yogur
Queso
Cuajada
Requesón

CEREAL



Pan blanco
Pan Integral
Cereales
Galletas

FRUTA



Fruta Entera
Zumo de frutas natural
Tomate fresco

OTROS



Aceite de Oliva
(2 veces/semana)
Mermelada casera
y/o Miel
(2 veces/semana)
Bollería casera
(1 vez/semana)

SUGERENCIAS DE CENA

SI COMES

PUEDES CENAR

1º



Cereales
(arroz/pasta)



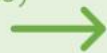
Verduras cocinadas
Hortalizas crudas



2º



Carne (pollo, ternera, cerdo)



Pescado o huevo



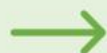
Huevo

Pescado o carne

POSTRES



Fruta



Lácteo o Fruta



Leche

Fruta

NUEVO Real Decreto de comedores:
¡lo esencial en 15"!

MENÚ SEMANAL: Aumento de pescados,
Legumbres y frutas.

DIA DE LA PROTEÍNA VEGETAL:
1 vez/mes en los menús.

PRODUCTOS ECOLÓGICOS: aumento al
5%.

PRODUCTOS INTEGRALES: mayor
frecuencia de arroz y pasta integral y pan
integral

DISMINUCIÓN: de fritos y precocinados

AGUA: Única bebida.

MENÚS ESPECIALES:
alergias/intolerancias y familias
informadas. Bocado Seguro

ENTRADA EN VIGOR: 16/04/2026

MÁS VERDE

¡¡Llena tu plato de color con + frutas
y verduras cada día!!

Se siguen las recomendaciones de la FEN, OMS, Estrategia NAOS y Plan 2020.

Los menús están sujetos a cambios debido a las variaciones de las materias primas en mercado.

Menú supervisado por la Dirección del Centro.



¡Hola, soy PIPO!

Soy tú proteína vegetal
Prepárate para verme
en acción en tus menús
¡¡Te aportaré todos
tus nutrientes
necesarios!!



LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
FESTIVO									
4	*Macarrones con tomate *Merluza a la andaluza Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4, 14) 617 Kcal 19,3g Prot 24,7g Lip 72,1g Hc	5	Alubias blancas estofadas (pimiento,zanahoria) Filete de pavo a la plancha Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 777 Kcal 29,1g Prot 18,4g Lip 112,9g Hc	6	Crema de zanahoria ECO Hamburguesa de pollo en salsa Patatas asadas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 6) 700 Kcal 19,5g Prot 21,7g Lip 94,2g Hc	7	Arroz murciano *Merluza al limón Ensalada de lechuga, zanahoria y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4, 14) 615 Kcal 21,4g Prot 14,8g Lip 88,6g Hc	8	Crema de puerros Lomo en salsa de manzana Guisantes salteados Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 514 Kcal 20,2g Prot 19,9g Lip 56,7g Hc
11	Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Cinta de lomo fresca a la plancha Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 633 Kcal 29,9g Prot 23,7g Lip 64,1g Hc	12	Arroz con salsa de tomate Merluza al horno Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4, 14) 651 Kcal 22,3g Prot 19,2g Lip 89,9g Hc	13	Crema de verduras (calabacín,acelga y zanahoria) Filete de pollo al ajillo con hierbas provenzales Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 707 Kcal 26,7g Prot 18,6g Lip 93,3g Hc	14	Sopa de ave de cocido Cocido (Garbanzo, ternera y pollo) Repollo, patata y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 578 Kcal 28,1g Prot 13,6g Lip 82,8g Hc	15	
18	Arroz integral con salsa de tomate Merluza al ajillo Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4, 14) 617 Kcal 21g Prot 16,8g Lip 85g Hc	19	Alubias blancas estofadas (pimiento,zanahoria) Contramuslo de pollo asado al limón Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 788 Kcal 34,4g Prot 17,5g Lip 111,9g Hc	20	*Macarrones con tomate Salmón al horno Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4, 14) 650 Kcal 24,4g Prot 29,6g Lip 65,3g Hc	21	Garbanzos con verduras *Filete de pollo en salsa Pisto manchego Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 691 Kcal 36,5g Prot 18,8g Lip 83,1g Hc	22	Judías verdes rehogadas con zanahoria ECO Cinta de lomo asada Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 679 Kcal 20,6g Prot 20,5g Lip 87,5g Hc
25	*Espaguetis con salsa de tomate Filete de pavo al limón Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1, 14) 597 Kcal 20g Prot 14,8g Lip 88,9g Hc	26	Arroz hortelano (j.verde, calabacín y zanahoria) Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 746 Kcal 20g Prot 18g Lip 113,6g Hc	27	Crema de calabaza ECO Filete de pollo guisado Wok de verduras Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 1) 721 Kcal 26,5g Prot 16,9g Lip 98,8g Hc	28	Sopa de verdura Estofado de cerdo con verduras Arroz integral Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 568 Kcal 27,6g Prot 11,2g Lip 68,2g Hc	29	Garbanzos con verduras *Merluza a la andaluza Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 4) 701 Kcal 28,6g Prot 26,2g Lip 76,5g Hc



Se ofrece diariamente **agua y pan blanco**, alternando con **pan integral semanalmente**.
 Las frutas, hortalizas y verduras son de temporada y de proveedores de proximidad.

Menú elaborado por el **Dpto. de Nutrición y Dietética** de **Algadi** formado por profesionales cualificados, Dietistas y Nutricionistas: M.L. Cok(T.S. Nº2816) / H.C. Cok (CYL00366) / R.N.(T.S.)
 Según el **Reglamento 1169/2011** de información facilitada al consumidor, se informa sobre alérgenos presentes en alimentos no envasados y se refleja en nuestros menús de alergias alimentarias.
 Para cualquier otra información sobre alérgenos, contacte con nuestras oficinas centrales: ALGADI, SAU, info@algadi.com 91 547 46 46 c/Oquendo, 23, 4ª planta 28006 Madrid

A: ALÉRGICOS
ECO: ECOLÓGICO



SUGERENCIAS DESAYUNO SALUDABLE

LÁCTEO



Leche
Yogur
Queso
Cuajada
Requesón

CEREAL



Pan blanco
Pan Integral
Cereales
Galletas

FRUTA



Fruta Entera
Zumo de frutas natural
Tomate fresco

OTROS



Aceite de Oliva
(2 veces/semana)
Mermelada casera
y/o Miel
(2 veces/semana)
Bollería casera
(1 vez/semana)

SUGERENCIAS DE CENA

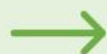
SI COMES

PUEDES CENAR

1º



Cereales
(arroz/pasta)



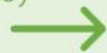
Verduras cocinadas
Hortalizas crudas



2º



Carne (pollo, ternera, cerdo)



Pescado o huevo



Huevo

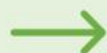
Pescado o carne



POSTRES



Fruta



Lácteo o Fruta



Leche

Fruta

MÁS VERDE

¡¡Llena tu plato de color con + frutas y verduras cada día!!



Se siguen las recomendaciones de la FEN, OMS, Estrategia NAOS y Plan 2020.

Los menús están sujetos a cambios debido a las variaciones de las materias primas en mercado.

Menú supervisado por la Dirección del Centro.

**NUEVO Real Decreto de comedores:
¡lo esencial en 15"!**

MENÚ SEMANAL: Aumento de pescados, legumbres y frutas.

DIAS DE LA PROTEÍNA VEGETAL:
1 vez/mes en los menús.

PRODUCTOS ECOLÓGICOS: aumento al 5%.

PRODUCTOS INTEGRALES: mayor frecuencia de arroz y pasta integral y pan integral

DISMINUCIÓN: de fritos y precocinados

AGUA: Única bebida.

MENÚS ESPECIALES:
alergias/intolerancias y familias informadas. Bocado Seguro

ENTRADA EN VIGOR: 16/04/2026



¡Hola, soy PIPO!

Soy tú proteína vegetal
Prepárate para verme
en acción en tus menús
¡¡Te aportaré todos
tus nutrientes
necesarios!!



SIN GLUTEN

COLABORADOR

Asociación de Celíacos y Sensibles al Gluten
www.asociacionceliacos.org



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
					FESTIVO
4	Macarrones integrales con salsa de tomate Pollo en salsa Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan (1, 14) 630 Kcal 31,7g Prot 20g Lip 75,3g Hc	Alubias blancas estofadas (pimiento,zanahoria) Tortilla de calabacín y patata Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan / Pan integral (14, 3, 1, 6, 10, 11) 653 Kcal 28,3g Prot 32g Lip 95,8g Hc	Crema de zanahoria ECO Hamburguesa de pollo en salsa Patatas asadas Postre lácteo / Fruta de temporada Pan (14, 6, 7, 1) 747 Kcal 27,4g Prot 24,5g Lip 102,4g Hc	Arroz murciano Revuelto de huevo con champiñón Ensalada de lechuga, zanahoria y tomate Fruta de temporada Pan (3, 14, 1) 789 Kcal 22,9g Prot 22,7g Lip 116,4g Hc	Vichyssoise Lomo en salsa de manzana Guisantes salteados Fruta de temporada Pan / Pan integral (7, 14, 1, 6, 10, 11) 709 Kcal 27,6g Prot 26,4g Lip 88,9g Hc
11	Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Tortilla de patata Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan (14, 3, 1) 696 Kcal 27,5g Prot 27,8g Lip 72,5g Hc	Arroz con salsa de tomate Filete de pavo a la plancha Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta de temporada Pan / Pan integral (14, 1, 6, 10, 11) 632 Kcal 23,2g Prot 19,8g Lip 86,5g Hc	Crema de verduras (calabacín,acelga y zanahoria) Filete de pollo al ajillo con hierbas provenzales Ensalada de lechuga y aceitunas Postre lácteo / Fruta de temporada Pan (14, 7, 1) 695 Kcal 34,3g Prot 21,4g Lip 89,3g Hc	Sopa de cocido con fideos integrales ECO Cocido completo: garbanzos, ternera, pollo y cerdo Repollo, patata y zanahoria Fruta de temporada Pan / Pan integral (1, 3, 6, 7, 14, 10, 11) 666 Kcal 273,8g Prot 26,8g Lip 69,7g Hc	
18	Arroz integral con salsa de tomate Filete de pavo plancha Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan (14, 1) 623 Kcal 23,3g Prot 20,5g Lip 79,8g Hc	Alubias blancas estofadas (pimiento,zanahoria) Contramuslo de pollo asado al limón Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan / Pan integral (14, 1, 6, 10, 11) 580 Kcal 35,7g Prot 17,9g Lip 69,2g Hc	Coditos a la napolitana con queso Filete de pavo plancha Ensalada de lechuga, tomate y queso Postre lácteo / Fruta de temporada Pan (1, 7, 14) 672 Kcal 31g Prot 24g Lip 81g Hc	Garbanzos con verduras Huevo frito Pisto manchego Fruta de temporada Pan (14, 3, 1) 712 Kcal 26,4g Prot 35,4g Lip 66,9g Hc	Judías verdes rehogadas con zanahoria ECO Cinta de lomo asada Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan / Pan integral (14, 1, 6, 10, 11) 520 Kcal 23,4g Prot 24,8g Lip 45,2g Hc
25	Espaguetis con tomate Tortilla francesa con queso Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan (1, 3, 7, 14) 698 Kcal 20,1g Prot 28,2g Lip 89,1g Hc	Arroz hortelano (j.verde, calabacín y zanahoria) Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta de temporada Pan / Pan integral (14, 1, 6, 10, 11) 723 Kcal 22,2g Prot 18,5g Lip 108,8g Hc	Crema de calabaza ECO Filete de pollo guisado Wok de verduras Postre lácteo / Fruta de temporada Pan (14, 1, 7) 709 Kcal 34,1g Prot 19,7g Lip 94,9g Hc	Sopa de verdura Estofado de cerdo al curry Arroz integral Fruta de temporada Pan (14, 1, 7) 597 Kcal 30,5g Prot 15,3g Lip 67,7g Hc	Garbanzos con verduras Pollo salteado Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan / Pan integral (14, 1, 6, 10, 11) 622 Kcal 32,7g Prot 22,8g Lip 64,2g Hc



Se ofrece diariamente **agua y pan blanco**, alternando con **pan integral semanalmente**.
 Las frutas, hortalizas y verduras son de temporada y de proveedores de proximidad.

Menú elaborado por el **Dpto. de Nutrición y Dietética** de **Algadi** formado por profesionales cualificados, Dietistas y Nutricionistas: M.L. Cok(T.S. Nº2816) / H.C. Col: (CYL00366) / R/N (T.S) Según el **Reglamento 1169/2011** de información facilitada al consumidor, se informa sobre alérgenos presentes en alimentos no envasados y se refleja en nuestros menús de alergias alimentarias. Para cualquier otra información sobre alérgenos, contacte con nuestras oficinas centrales: ALGADI, SAU, info@algadi.com 91 547 46 46 c/Oquendo, 23, 4ª planta 28006 Madrid

A: ALÉRGICOS
ECO: ECOLÓGICO



SUGERENCIAS DESAYUNO SALUDABLE

LÁCTEO



Leche
Yogur
Queso
Cuajada
Requesón

CEREAL



Pan blanco
Pan Integral
Cereales
Galletas

FRUTA



Fruta Entera
Zumo de frutas natural
Tomate fresco

OTROS



Aceite de Oliva
(2 veces/semana)
Mermelada casera
y/o Miel
(2 veces/semana)
Bollería casera
(1 vez/semana)

SUGERENCIAS DE CENA

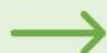
SI COMES

PUEDES CENAR

1º



Cereales
(arroz/pasta)



Verduras cocinadas
Hortalizas crudas



2º



Carne (pollo, ternera, cerdo)



Pescado o huevo



Huevo

Pescado o carne

POSTRES



Fruta



Lácteo o Fruta



Leche

Fruta

**NUEVO Real Decreto de comedores:
¡lo esencial en 15"!**

MENÚ SEMANAL: Aumento de pescados,
Legumbres y frutas.

DIA DE LA PROTEÍNA VEGETAL:
1 vez/mes en los menús.

PRODUCTOS ECOLÓGICOS: aumento al
5%.

PRODUCTOS INTEGRALES: mayor
frecuencia de arroz y pasta integral y pan
integral

DISMINUCIÓN: de fritos y precocinados

AGUA: Única bebida.

MENÚS ESPECIALES:
alergias/intolerancias y familias
informadas. Bocado Seguro

ENTRADA EN VIGOR: 16/04/2026

MÁS VERDE

¡¡Llena tu plato de color con + frutas
y verduras cada día!!

Se siguen las recomendaciones de la FEN, OMS, Estrategia NAOS y Plan 2020.

Los menús están sujetos a cambios debido a las variaciones de las materias primas en mercado.

Menú supervisado por la Dirección del Centro.



¡Hola, soy PIPO!

Soy tú proteína vegetal
Prepárate para verme
en acción en tus menús
¡¡Te aportaré todos
tus nutrientes
necesarios!!



LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES																															
FESTIVO																																							
4	Macarrones integrales con salsa de tomate *Merluza a la andaluza Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan (1, 4, 14) 683 Kcal 26,4g Prot 25,9g Lip 81,3g Hc	5	Alubias blancas estofadas (pimiento,zanahoria) Tortilla de calabacín y patata Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan (14, 3, 1) 650 Kcal 28,1g Prot 31,9g Lip 95,8g Hc	6	Crema de zanahoria ECO *Filete de pollo en salsa Patatas asadas Fruta de temporada Pan (14, 1) 709 Kcal 35,1g Prot 16,1g Lip 102,8g Hc	7	Arroz murciano Merluza al limón Ensalada de lechuga, zanahoria y tomate Fruta de temporada Pan (1, 4, 14) 793 Kcal 30g Prot 19,1g Lip 119,8g Hc	8	Crema de puerros Lomo en salsa de manzana Guisantes salteados Fruta de temporada Pan (14, 1) 488 Kcal 22,2g Prot 20,3g Lip 51,9g Hc	11	Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Tortilla de patata Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan (14, 3, 1) 696 Kcal 27,5g Prot 27,8g Lip 72,5g Hc	12	Arroz con salsa de tomate Merluza al horno Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta de temporada Pan (4, 14, 1) 625 Kcal 24,3g Prot 19,5g Lip 85,1g Hc	13	Crema de verduras (calabacín,acelga y zanahoria) Filete de pollo al ajillo con hierbas provenzales Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan (14, 1) 649 Kcal 32,2g Prot 19,7g Lip 82,9g Hc	14	Sopa de fideos integrales ECO con garbanzos Pollo cocido Patata y zanahoria cocida Fruta de temporada Pan (1) 712 Kcal 44,1g Prot 19,2g Lip 82,1g Hc	15		18	Arroz integral con salsa de tomate Merluza al ajillo Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan (4, 14, 1) 619 Kcal 24,6g Prot 20,4g Lip 78,4g Hc	19	Alubias blancas estofadas (pimiento,zanahoria) Contramuslo de pollo asado al limón Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan (14, 1) 577 Kcal 35,5g Prot 17,8g Lip 69,1g Hc	20	Coditos con tomate Salmón al horno Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan (1, 4, 14) 718 Kcal 31,5g Prot 30,8g Lip 76,1g Hc	21	Garbanzos con verduras Huevo frito Pisto manchego Fruta de temporada Pan (14, 3, 1) 712 Kcal 26,4g Prot 35,4g Lip 66,9g Hc	22	Judías verdes rehogadas con zanahoria ECO Cinta de lomo asada Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan (14, 1) 468 Kcal 21,7g Prot 20,9g Lip 44,7g Hc	25	Espaguetis con tomate Tortilla francesa Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan (1, 3, 14) 663 Kcal 17,1g Prot 25,8g Lip 88,8g Hc	26	Arroz hortelano (j.verde, calabacín y zanahoria) Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta de temporada Pan (14, 1) 720 Kcal 22g Prot 18,4g Lip 108,8g Hc	27	Crema de calabaza ECO Filete de pollo guisado Wok de verduras Fruta de temporada Pan (14, 1) 662 Kcal 32g Prot 18g Lip 88,4g Hc	28	Sopa de verdura Estofado de cerdo con verduras Arroz integral Fruta de temporada Pan (14, 1) 542 Kcal 29,5g Prot 11,6g Lip 63,4g Hc	29	Garbanzos con verduras Merluza a la romana casera Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan (14, 1, 3, 4) 686 Kcal 32,7g Prot 27,5g Lip 70,2g Hc



Se ofrece diariamente **agua y pan blanco**, alternando con **pan integral semanalmente**.
 Las frutas, hortalizas y verduras son de temporada y de proveedores de proximidad.

Menú elaborado por el **Dpto. de Nutrición y Dietética** de **Algadi** formado por profesionales cualificados, Dietistas y Nutricionistas: M.L. Cok(T.S. Nº2816) / H.C. Col: (CYL00366) / R/N (T.S.)
 Según el **Reglamento 1169/2011** de información facilitada al consumidor, se informa sobre alérgenos presentes en alimentos no envasados y se refleja en nuestros menús de alergias alimentarias.
 Para cualquier otra información sobre alérgenos, contacte con nuestras oficinas centrales: ALGADI, SAU, info@algadi.com 91 547 46 46 c/Oquendo, 23, 4ª planta 28006 Madrid

A: ALÉRGICOS
ECO: ECOLÓGICO



SUGERENCIAS DESAYUNO SALUDABLE

LÁCTEO



Leche
Yogur
Queso
Cuajada
Requesón

CEREAL



Pan blanco
Pan Integral
Cereales
Galletas

FRUTA



Fruta Entera
Zumo de frutas natural
Tomate fresco

OTROS



Aceite de Oliva
(2 veces/semana)
Mermelada casera
y/o Miel
(2 veces/semana)
Bollería casera
(1 vez/semana)

SUGERENCIAS DE CENA

SI COMES

PUEDES CENAR

1º



Cereales
(arroz/pasta)



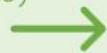
Verduras cocinadas
Hortalizas crudas



2º



Carne (pollo, ternera, cerdo)



Pescado o huevo



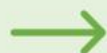
Huevo

Pescado o carne

POSTRES



Fruta



Lácteo o Fruta



Leche

Fruta

**NUEVO Real Decreto de comedores:
¡lo esencial en 15"!**

MENÚ SEMANAL: Aumento de pescados,
Legumbres y frutas.

DIA DE LA PROTEÍNA VEGETAL:
1 vez/mes en los menús.

PRODUCTOS ECOLÓGICOS: aumento al
5%.

PRODUCTOS INTEGRALES: mayor
frecuencia de arroz y pasta integral y pan
integral

DISMINUCIÓN: de fritos y precocinados

AGUA: Única bebida.

MENÚS ESPECIALES:
alergias/intolerancias y familias
informadas. Bocado Seguro

ENTRADA EN VIGOR: 16/04/2026

MÁS VERDE

¡¡Llena tu plato de color con + frutas
y verduras cada día!!

Se siguen las recomendaciones de la FEN, OMS, Estrategia NAOS y Plan 2020.

Los menús están sujetos a cambios debido a las variaciones de las materias primas en mercado.

Menú supervisado por la Dirección del Centro.



¡Hola, soy PIPO!

Soy tú proteína vegetal
Prepárate para verme
en acción en tus menús
¡¡Te aportaré todos
tus nutrientes
necesarios!!



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
					1 FESTIVO
4	*Macarrones con tomate Pollo en salsa Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 564 Kcal 24,6g Prot 18,8g Lip 66g Hc	5 Alubias blancas estofadas (pimiento,zanahoria) Filete de pavo a la plancha Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 777 Kcal 29,1g Prot 18,4g Lip 112,9g Hc	6 Crema de zanahoria ECO Hamburguesa de pollo en salsa Patatas asadas Postre lácteo / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 6, 7) 746 Kcal 21,6g Prot 23,4g Lip 100,6g Hc	7 Arroz murciano Filete de pavo al limón Ensalada de lechuga, zanahoria y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 636 Kcal 22,1g Prot 15,1g Lip 91,9g Hc	8 Vichyssoise Lomo en salsa de manzana Guisantes salteados Fruta de temporada Pan sin alérgenos (7, 14) 570 Kcal 20,6g Prot 25,2g Lip 59g Hc
11	Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Cinta de lomo fresca a la plancha Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 633 Kcal 29,9g Prot 23,7g Lip 64,1g Hc	12 Arroz con salsa de tomate Filete de pavo a la plancha Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 656 Kcal 21g Prot 19,3g Lip 91,2g Hc	13 Crema de verduras (calabacín,acelga y zanahoria) Filete de pollo al ajillo con hierbas provenzales Ensalada de lechuga y aceitunas Postre lácteo / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 7) 753 Kcal 28,7g Prot 20,3g Lip 99,7g Hc	14 Sopa de ave de cocido Cocido (Garbanzo, ternera y pollo) Repollo, patata y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 578 Kcal 28,1g Prot 13,6g Lip 82,8g Hc	15
18	Arroz integral con salsa de tomate Filete de pavo plancha Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 649 Kcal 21,3g Prot 20,1g Lip 84,6g Hc	19 Alubias blancas estofadas (pimiento,zanahoria) Contramuslo de pollo asado al limón Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 788 Kcal 34,4g Prot 17,5g Lip 111,9g Hc	20 *Macarrones con tomate Filete de pavo plancha Ensalada de lechuga, tomate y queso Postre lácteo / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (7, 14) 605 Kcal 21,7g Prot 22,8g Lip 72,3g Hc	21 Garbanzos con verduras *Filete de pollo en salsa Pisto manchego Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 691 Kcal 36,5g Prot 18,8g Lip 83,1g Hc	22 Judías verdes rehogadas con zanahoria ECO Cinta de lomo asada Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 728 Kcal 22,1g Prot 24,3g Lip 87,9g Hc
25	*Espaguetis con salsa de tomate Filete de pavo al limón Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1, 14) 597 Kcal 20g Prot 14,8g Lip 88,9g Hc	26 Arroz hortelano (j.verde, calabacín y zanahoria) Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 746 Kcal 20g Prot 18g Lip 113,6g Hc	27 Crema de calabaza ECO Filete de pollo guisado Wok de verduras Postre lácteo / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 1, 7) 767 Kcal 28,5g Prot 18,6g Lip 105,2g Hc	28 Sopa de verdura Estofado de cerdo con verduras Arroz integral Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 568 Kcal 27,6g Prot 11,2g Lip 68,2g Hc	29 Garbanzos con verduras Pollo salteado Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 646 Kcal 30,5g Prot 22,3g Lip 69g Hc



Se ofrece diariamente **agua y pan blanco**, alternando con **pan integral semanalmente**.
 Las frutas, hortalizas y verduras son de temporada y de proveedores de proximidad.

Menú elaborado por el **Dpto. de Nutrición y Dietética** de **Algadi** formado por profesionales cualificados, Dietistas y Nutricionistas: M.L. Cok(T.S. Nº2816) / H.C. Col: (CYL00366) / R/N (T.S.)
 Según el **Reglamento 1169/2011** de información facilitada al consumidor, se informa sobre alérgenos presentes en alimentos no envasados y se refleja en nuestros menús de alergias alimentarias.
 Para cualquier otra información sobre alérgenos, contacte con nuestras oficinas centrales: ALGADI, SAU, info@algadi.com 91 547 46 46 c/Oquendo, 23, 4ª planta 28006 Madrid

A: ALÉRGICOS
 ECO: ECOLÓGICO



SUGERENCIAS DESAYUNO SALUDABLE

LÁCTEO



Leche
Yogur
Queso
Cuajada
Requesón

CEREAL



Pan blanco
Pan Integral
Cereales
Galletas

FRUTA



Fruta Entera
Zumo de frutas natural
Tomate fresco

OTROS



Aceite de Oliva
(2 veces/semana)
Mermelada casera
y/o Miel
(2 veces/semana)
Bollería casera
(1 vez/semana)

SUGERENCIAS DE CENA

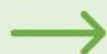
SI COMES

PUEDES CENAR

1º



Cereales
(arroz/pasta)



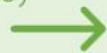
Verduras cocinadas
Hortalizas crudas



2º



Carne (pollo, ternera, cerdo)



Pescado o huevo



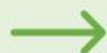
Huevo

Pescado o carne

POSTRES



Fruta



Lácteo o Fruta



Leche

Fruta

**NUEVO Real Decreto de comedores:
¡lo esencial en 15"!**

MENÚ SEMANAL: Aumento de pescados,
Legumbres y frutas.

DIA DE LA PROTEÍNA VEGETAL:
1 vez/mes en los menús.

PRODUCTOS ECOLÓGICOS: aumento al
5%.

PRODUCTOS INTEGRALES: mayor
frecuencia de arroz y pasta integral y pan
integral

DISMINUCIÓN: de fritos y precocinados

AGUA: Única bebida.

MENÚS ESPECIALES:
alergias/intolerancias y familias
informadas. Bocado Seguro

ENTRADA EN VIGOR: 16/04/2026

MÁS VERDE

¡¡Llena tu plato de color con + frutas
y verduras cada día!!

Se siguen las recomendaciones de la FEN, OMS, Estrategia NAOS y Plan 2020.

Los menús están sujetos a cambios debido a las variaciones de las materias primas en mercado.

Menú supervisado por la Dirección del Centro.



¡Hola, soy PIPO!

Soy tú proteína vegetal
Prepárate para verme
en acción en tus menús
¡¡Te aportaré todos
tus nutrientes
necesarios!!



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
					1 FESTIVO
4	*Macarrones con tomate Pollo en salsa Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 564 Kcal 24,6g Prot 18,8g Lip 66g Hc	5 Patatas estofadas con verduras Tortilla de calabacín y patata Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 3) 780 Kcal 18g Prot 31g Lip 122,8g Hc	6 Crema de zanahoria ECO *Filete de pollo en salsa Patatas asadas Postre lácteo / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 7) 754 Kcal 31,3g Prot 16,7g Lip 107,4g Hc	7 Arroz con verduras Revuelto de huevo con champiñón Ensalada de lechuga, zanahoria y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3, 14) 612 Kcal 15,5g Prot 18,7g Lip 87,2g Hc	8 Vichyssoise Lomo en salsa de manzana Zanahoria baby Fruta de temporada Pan sin alérgenos (7, 14) 571 Kcal 19,4g Prot 25,1g Lip 60,2g Hc
11	*Espirales a la napolitana Tortilla de patata Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3, 14) 735 Kcal 15,7g Prot 25,6g Lip 99,7g Hc	12 Arroz con salsa de tomate Filete de pavo a la plancha Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 656 Kcal 21g Prot 19,3g Lip 91,2g Hc	13 Crema de verduras (calabacín, acelga y zanahoria) Filete de pollo al ajillo con hierbas provenzales Ensalada de lechuga y aceitunas Postre lácteo / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 7) 753 Kcal 28,7g Prot 20,3g Lip 99,7g Hc	14 *Sopa de ave Pollo cocido Patata y zanahoria cocida Fruta de temporada Pan sin alérgenos 582 Kcal 36,2g Prot 16,2g Lip 61,9g Hc	15
18	Arroz integral con salsa de tomate Jamoncitos de pollo asados Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 897 Kcal 56,1g Prot 44,9g Lip 82,7g Hc	19 Ensalada de patata Contramuslo de pollo asado al limón Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 682 Kcal 25,3g Prot 14,8g Lip 95,4g Hc	20 *Macarrones con tomate Jamoncitos de pollo asados Ensalada de lechuga, tomate y queso Postre lácteo / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (7, 14) 852 Kcal 56,5g Prot 47,5g Lip 70,5g Hc	21 Pisto de verduras Huevo frito Pisto manchego Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3) 534 Kcal 15,5g Prot 29,2g Lip 46,8g Hc	22 Crema de calabacín Cinta de lomo asada Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 695 Kcal 20,5g Prot 20,2g Lip 92,2g Hc
25	*Espaguetis con salsa de tomate Tortilla francesa con queso Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3, 7, 14) 681 Kcal 14,6g Prot 22,1g Lip 100g Hc	26 Arroz con verduras Pisto de verduras Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 537 Kcal 8,5g Prot 11,5g Lip 92,6g Hc	27 Crema de calabaza ECO Filete de pollo guisado Wok de verduras Postre lácteo / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 1, 7) 767 Kcal 28,5g Prot 18,6g Lip 105,2g Hc	28 Sopa de verdura Estofado de cerdo con verduras Arroz integral Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 568 Kcal 27,6g Prot 11,2g Lip 68,2g Hc	29 Guiso de patatas con verduras Pollo saltado Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 534 Kcal 22,3g Prot 19,1g Lip 57,9g Hc



A: ALÉRGICOS
ECO: ECOLÓGICO

Se ofrece diariamente **agua y pan blanco**, alternando con **pan integral semanalmente**.
 Las frutas, hortalizas y verduras son de temporada y de proveedores de proximidad.

Menú elaborado por el **Dpto. de Nutrición y Dietética** de **Algadi** formado por profesionales cualificados, Dietistas y Nutricionistas: M.L. Cok(T.S. Nº2816) / H.C. Col: (CYL00366) / R/N (T.S.)
 Según el **Reglamento 1169/2011** de información facilitada al consumidor, se informa sobre alérgenos presentes en alimentos no envasados y se refleja en nuestros menús de alergias alimentarias.
 Para cualquier otra información sobre alérgenos, contacte con nuestras oficinas centrales: ALGADI, SAU, info@algadi.com 91 547 46 46 c/Oquendo, 23, 4ª planta 28006 Madrid



SUGERENCIAS DESAYUNO SALUDABLE

LÁCTEO



Leche
Yogur
Queso
Cuajada
Requesón

CEREAL



Pan blanco
Pan Integral
Cereales
Galletas

FRUTA



Fruta Entera
Zumo de frutas natural
Tomate fresco

OTROS



Aceite de Oliva
(2 veces/semana)
Mermelada casera
y/o Miel
(2 veces/semana)
Bollería casera
(1 vez/semana)

SUGERENCIAS DE CENA

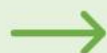
SI COMES

PUEDES CENAR

1º



Cereales
(arroz/pasta)



Verduras cocinadas
Hortalizas crudas



2º



Carne (pollo, ternera, cerdo)



Pescado o huevo



Huevo

Pescado o carne

POSTRES



Fruta



Lácteo o Fruta



Leche

Fruta

**NUEVO Real Decreto de comedores:
¡lo esencial en 15"!**

MENÚ SEMANAL: Aumento de pescados,
Legumbres y frutas.

DIA DE LA PROTEÍNA VEGETAL:
1 vez/mes en los menús.

PRODUCTOS ECOLÓGICOS: aumento al
5%.

PRODUCTOS INTEGRALES: mayor
frecuencia de arroz y pasta integral y pan
integral

DISMINUCIÓN: de fritos y precocinados

AGUA: Única bebida.

MENÚS ESPECIALES:
alergias/intolerancias y familias
informadas. Bocado Seguro

ENTRADA EN VIGOR: 16/04/2026

MÁS VERDE

¡¡Llena tu plato de color con + frutas
y verduras cada día!!

Se siguen las recomendaciones de la FEN, OMS, Estrategia NAOS y Plan 2020.

Los menús están sujetos a cambios debido a las variaciones de las materias primas en mercado.

Menú supervisado por la Dirección del Centro.



¡Hola, soy PIPO!

Soy tú proteína vegetal
Prepárate para verme
en acción en tus menús
¡¡Te aportaré todos
tus nutrientes
necesarios!!



LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES																															
FESTIVO																																							
4	*Macarrones con tomate *Merluza a la andaluza Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4 , 14) 617 Kcal 19,3g Prot 24,7g Lip 72,1g Hc	5	Alubias blancas estofadas (pimiento,zanahoria) Filete de pavo a la plancha Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 777 Kcal 29,1g Prot 18,4g Lip 112,9g Hc	6	Crema de zanahoria ECO *Filete de pollo en salsa Patatas asadas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 708 Kcal 29,3g Prot 15g Lip 101g Hc	7	Arroz murciano Merluza al limón Ensalada de lechuga, zanahoria y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1 , 4 , 14) 667 Kcal 23,5g Prot 18g Lip 92,2g Hc	8	Crema de puerros Lomo en salsa de manzana Guisantes salteados Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 514 Kcal 20,2g Prot 19,9g Lip 56,7g Hc	11	Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Cinta de lomo fresca a la plancha Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 633 Kcal 29,9g Prot 23,7g Lip 64,1g Hc	12	Arroz con salsa de tomate Merluza al horno Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4 , 14) 651 Kcal 22,3g Prot 19,2g Lip 89,9g Hc	13	Crema de verduras (calabacín,acelga y zanahoria) Filete de pollo al ajillo con hierbas provenzales Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 707 Kcal 26,7g Prot 18,6g Lip 93,3g Hc	14	*Sopa de fideos con garbanzos Pollo cocido Patata y zanahoria cocida Fruta de temporada Pan sin alérgenos 720 Kcal 41,3g Prot 15,7g Lip 90g Hc	15		18	Arroz integral con salsa de tomate Merluza al ajillo Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4 , 14) 645 Kcal 22,6g Prot 20g Lip 83,2g Hc	19	Ensalada de patata Contramuslo de pollo asado al limón Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 682 Kcal 25,3g Prot 14,8g Lip 95,4g Hc	20	*Macarrones con tomate Salmón al horno Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4 , 14) 650 Kcal 24,4g Prot 29,6g Lip 65,3g Hc	21	Garbanzos con verduras *Filete de pollo en salsa Pisto manchego Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 691 Kcal 36,5g Prot 18,8g Lip 83,1g Hc	22	Judías verdes rehogadas con zanahoria ECO Cinta de lomo asada Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 679 Kcal 20,6g Prot 20,5g Lip 87,5g Hc	25	*Espaguetis con salsa de tomate Filete de pavo a la plancha Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 589 Kcal 19,8g Prot 14,8g Lip 87,6g Hc	26	Arroz hortelano (j.verde, calabacín y zanahoria) Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 746 Kcal 20g Prot 18g Lip 113,6g Hc	27	Crema de calabaza ECO Filete de pollo guisado Wok de verduras Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14 , 1) 721 Kcal 26,5g Prot 16,9g Lip 98,8g Hc	28	Sopa de verdura Estofado de cerdo con verduras Arroz integral Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 568 Kcal 27,6g Prot 11,2g Lip 68,2g Hc	29	Garbanzos con verduras *Merluza a la andaluza Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14 , 4) 701 Kcal 28,6g Prot 26,2g Lip 76,5g Hc



Se ofrece diariamente **agua y pan blanco**, alternando con **pan integral semanalmente**.
 Las frutas, hortalizas y verduras son de temporada y de proveedores de proximidad.

Menú elaborado por el **Dpto. de Nutrición y Dietética** de **Algadi** formado por profesionales cualificados, Dietistas y Nutricionistas: M.L. Cok(T.S. Nº2816) / H.C. Col: (CYL00366) / R/N (T.S.)
 Según el **Reglamento 1169/2011** de información facilitada al consumidor, se informa sobre alérgenos presentes en alimentos no envasados y se refleja en nuestros menús de alergias alimentarias.
 Para cualquier otra información sobre alérgenos, contacte con nuestras oficinas centrales: ALGADI, SAU, info@algadi.com 91 547 46 46 c/Oquendo, 23, 4ª planta 28006 Madrid

A: ALÉRGICOS
ECO: ECOLÓGICO



SUGERENCIAS DESAYUNO SALUDABLE

LÁCTEO



Leche
Yogur
Queso
Cuajada
Requesón

CEREAL



Pan blanco
Pan Integral
Cereales
Galletas

FRUTA



Fruta Entera
Zumo de frutas natural
Tomate fresco

OTROS



Aceite de Oliva
(2 veces/semana)
Mermelada casera
y/o Miel
(2 veces/semana)
Bollería casera
(1 vez/semana)

SUGERENCIAS DE CENA

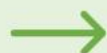
SI COMES

PUEDES CENAR

1º



Cereales
(arroz/pasta)



Verduras cocinadas
Hortalizas crudas



2º



Carne (pollo, ternera, cerdo)



Pescado o huevo



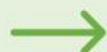
Huevo

Pescado o carne

POSTRES



Fruta



Lácteo o Fruta



Leche

Fruta

**NUEVO Real Decreto de comedores:
¡lo esencial en 15"!**

MENÚ SEMANAL: Aumento de pescados,
Legumbres y frutas.

DIA DE LA PROTEÍNA VEGETAL:
1 vez/mes en los menús.

PRODUCTOS ECOLÓGICOS: aumento al
5%.

PRODUCTOS INTEGRALES: mayor
frecuencia de arroz y pasta integral y pan
integral

DISMINUCIÓN: de fritos y precocinados

AGUA: Única bebida.

MENÚS ESPECIALES:
alergias/intolerancias y familias
informadas. Bocado Seguro

ENTRADA EN VIGOR: 16/04/2026

MÁS VERDE

¡¡Llena tu plato de color con + frutas
y verduras cada día!!

Se siguen las recomendaciones de la FEN, OMS, Estrategia NAOS y Plan 2020.

Los menús están sujetos a cambios debido a las variaciones de las materias primas en mercado.

Menú supervisado por la Dirección del Centro.



¡Hola, soy PIPO!

Soy tú proteína vegetal
Prepárate para verme
en acción en tus menús
¡¡Te aportaré todos
tus nutrientes
necesarios!!



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
					FESTIVO
4	*Macarrones con tomate Pollo en salsa Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 564 Kcal 24,6g Prot 18,8g Lip 66g Hc	5 Patatas estofadas con verduras Filete de pavo plancha Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 696 Kcal 20,2g Prot 17,9g Lip 97,1g Hc	6 Crema de zanahoria ECO *Filete de pollo en salsa Patatas asadas Postre lácteo / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 7) 754 Kcal 31,3g Prot 16,7g Lip 107,4g Hc	7 Arroz con verduras Filete de pavo al limón Ensalada de lechuga, zanahoria y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1, 14) 611 Kcal 21,1g Prot 15,2g Lip 89,9g Hc	8 Vichyssoise Lomo en salsa de manzana Zanahoria baby Fruta de temporada Pan sin alérgenos (7, 14) 571 Kcal 19,4g Prot 25,1g Lip 60,2g Hc
11	*Espirales a la napolitana Cinta de lomo fresca a la plancha Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 646 Kcal 20g Prot 21,9g Lip 86,5g Hc	12 Arroz con salsa de tomate Filete de pavo a la plancha Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 656 Kcal 21g Prot 19,3g Lip 91,2g Hc	13 Crema de verduras (calabacín, acelga y zanahoria) Filete de pollo al ajillo con hierbas provenzales Ensalada de lechuga y aceitunas Postre lácteo / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 7) 753 Kcal 28,7g Prot 20,3g Lip 99,7g Hc	14 *Sopa de ave Pollo cocido Patata y zanahoria cocida Fruta de temporada Pan sin alérgenos 582 Kcal 36,2g Prot 16,2g Lip 61,9g Hc	15
18	Arroz integral con salsa de tomate Filete de pavo plancha Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 649 Kcal 21,3g Prot 20,1g Lip 84,6g Hc	19 Ensalada de patata Contramuslo de pollo asado al limón Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 682 Kcal 25,3g Prot 14,8g Lip 95,4g Hc	20 *Macarrones con tomate Filete de pavo plancha Ensalada de lechuga, tomate y queso Postre lácteo / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (7, 14) 605 Kcal 21,7g Prot 22,8g Lip 72,3g Hc	21 Pisto de verduras *Filete de pollo en salsa Pisto manchego Fruta de temporada Pan sin alérgenos 487 Kcal 27,5g Prot 12,8g Lip 58,2g Hc	22 Crema de calabacín Cinta de lomo asada Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 695 Kcal 20,5g Prot 20,2g Lip 92,2g Hc
25	*Espaguetis con salsa de tomate Filete de pavo al limón Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1, 14) 597 Kcal 20g Prot 14,8g Lip 88,9g Hc	26 Arroz con verduras Pisto de verduras Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 537 Kcal 8,5g Prot 11,5g Lip 92,6g Hc	27 Crema de calabaza ECO Filete de pollo guisado Wok de verduras Postre lácteo / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 1, 7) 767 Kcal 28,5g Prot 18,6g Lip 105,2g Hc	28 Sopa de verdura Estofado de cerdo con verduras Arroz integral Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 568 Kcal 27,6g Prot 11,2g Lip 68,2g Hc	29 Guiso de patatas con verduras Pollo saltado Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 534 Kcal 22,3g Prot 19,1g Lip 57,9g Hc



Se ofrece diariamente **agua y pan blanco**, alternando con **pan integral semanalmente**.
 Las frutas, hortalizas y verduras son de temporada y de proveedores de proximidad.

A: ALÉRGICOS
ECO: ECOLÓGICO



SUGERENCIAS DESAYUNO SALUDABLE

LÁCTEO



Leche
Yogur
Queso
Cuajada
Requesón

CEREAL



Pan blanco
Pan Integral
Cereales
Galletas

FRUTA



Fruta Entera
Zumo de frutas natural
Tomate fresco

OTROS



Aceite de Oliva
(2 veces/semana)
Mermelada casera
y/o Miel
(2 veces/semana)
Bollería casera
(1 vez/semana)

SUGERENCIAS DE CENA

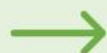
SI COMES

PUEDES CENAR

1º



Cereales
(arroz/pasta)



Verduras cocinadas
Hortalizas crudas



2º



Carne (pollo, ternera, cerdo)



Pescado o huevo



Huevo

Pescado o carne

POSTRES



Fruta



Lácteo o Fruta



Leche

Fruta

**NUEVO Real Decreto de comedores:
¡lo esencial en 15"!**

MENÚ SEMANAL: Aumento de pescados,
Legumbres y frutas.

DIA DE LA PROTEÍNA VEGETAL:
1 vez/mes en los menús.

PRODUCTOS ECOLÓGICOS: aumento al
5%.

PRODUCTOS INTEGRALES: mayor
frecuencia de arroz y pasta integral y pan
integral

DISMINUCIÓN: de fritos y precocinados

AGUA: Única bebida.

MENÚS ESPECIALES:
alergias/intolerancias y familias
informadas. Bocado Seguro

ENTRADA EN VIGOR: 16/04/2026

MÁS VERDE

¡¡Llena tu plato de color con + frutas
y verduras cada día!!

Se siguen las recomendaciones de la FEN, OMS, Estrategia NAOS y Plan 2020.

Los menús están sujetos a cambios debido a las variaciones de las materias primas en mercado.

Menú supervisado por la Dirección del Centro.



¡Hola, soy PIPO!

Soy tú proteína vegetal
Prepárate para verme
en acción en tus menús
¡¡Te aportaré todos
tus nutrientes
necesarios!!



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
					FESTIVO
4	*Macarrones con tomate Pollo en salsa Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 564 Kcal 24,6g Prot 18,8g Lip 66g Hc	5 Patatas estofadas con verduras Tortilla de calabacín y patata Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 3) 780 Kcal 18g Prot 31g Lip 122,8g Hc	6 Crema de zanahoria ECO *Filete de pollo en salsa Patatas asadas Postre lácteo / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 7) 754 Kcal 31,3g Prot 16,7g Lip 107,4g Hc	7 Arroz con verduras Revuelto de huevo con champiñón Ensalada de lechuga, zanahoria y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3, 14) 612 Kcal 15,5g Prot 18,7g Lip 87,2g Hc	8 Vichyssoise Lomo en salsa de manzana Zanahoria baby Fruta de temporada Pan sin alérgenos (7, 14) 571 Kcal 19,4g Prot 25,1g Lip 60,2g Hc
11	*Espirales a la napolitana Tortilla de patata Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3, 14) 735 Kcal 15,7g Prot 25,6g Lip 99,7g Hc	12 Arroz con salsa de tomate Filete de pavo a la plancha Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 656 Kcal 21g Prot 19,3g Lip 91,2g Hc	13 Crema de verduras (calabacín, acelga y zanahoria) Filete de pollo al ajillo con hierbas provenzales Ensalada de lechuga y aceitunas Postre lácteo / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 7) 753 Kcal 28,7g Prot 20,3g Lip 99,7g Hc	14 *Sopa de ave Pollo cocido Patata y zanahoria cocida Fruta de temporada Pan sin alérgenos 582 Kcal 36,2g Prot 16,2g Lip 61,9g Hc	15
18	Arroz integral con salsa de tomate Filete de pavo plancha Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 649 Kcal 21,3g Prot 20,1g Lip 84,6g Hc	19 Ensalada de patata Contramuslo de pollo asado al limón Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 682 Kcal 25,3g Prot 14,8g Lip 95,4g Hc	20 *Macarrones con tomate Filete de pavo plancha Ensalada de lechuga, tomate y queso Postre lácteo / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (7, 14) 605 Kcal 21,7g Prot 22,8g Lip 72,3g Hc	21 Pisto de verduras Huevo frito Pisto manchego Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3) 534 Kcal 15,5g Prot 29,2g Lip 46,8g Hc	22 Crema de calabacín Cinta de lomo asada Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 695 Kcal 20,5g Prot 20,2g Lip 92,2g Hc
25	*Espaguetis con salsa de tomate Tortilla francesa con queso Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3, 7, 14) 681 Kcal 14,6g Prot 22,1g Lip 100g Hc	26 Arroz con verduras Pisto de verduras Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 537 Kcal 8,5g Prot 11,5g Lip 92,6g Hc	27 Crema de calabaza ECO Filete de pollo guisado Wok de verduras Postre lácteo / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 1, 7) 767 Kcal 28,5g Prot 18,6g Lip 105,2g Hc	28 Sopa de verdura Estofado de cerdo con verduras Arroz integral Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 568 Kcal 27,6g Prot 11,2g Lip 68,2g Hc	29 Guiso de patatas con verduras Pollo saltado Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 534 Kcal 22,3g Prot 19,1g Lip 57,9g Hc



Se ofrece diariamente **agua y pan blanco**, alternando con **pan integral semanalmente**.
 Las frutas, hortalizas y verduras son de temporada y de proveedores de proximidad.

Menú elaborado por el **Dpto. de Nutrición y Dietética** de **Algadi** formado por profesionales cualificados, Dietistas y Nutricionistas: M.L. Cok(T.S. Nº2816) / H.C. Col: (CYL00366) / R/N (T.S.)
 Según el **Reglamento 1169/2011** de información facilitada al consumidor, se informa sobre alérgenos presentes en alimentos no envasados y se refleja en nuestros menús de alergias alimentarias.
 Para cualquier otra información sobre alérgenos, contacte con nuestras oficinas centrales: ALGADI, SAU, info@algadi.com 91 547 46 46 c/Oquendo, 23, 4ª planta 28006 Madrid

A: ALÉRGICOS
ECO: ECOLÓGICO



SUGERENCIAS DESAYUNO SALUDABLE

LÁCTEO



Leche
Yogur
Queso
Cuajada
Requesón

CEREAL



Pan blanco
Pan Integral
Cereales
Galletas

FRUTA



Fruta Entera
Zumo de frutas natural
Tomate fresco

OTROS



Aceite de Oliva
(2 veces/semana)
Mermelada casera
y/o Miel
(2 veces/semana)
Bollería casera
(1 vez/semana)

SUGERENCIAS DE CENA

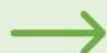
SI COMES

PUEDES CENAR

1º



Cereales
(arroz/pasta)



Verduras cocinadas
Hortalizas crudas



2º



Carne (pollo, ternera, cerdo)



Pescado o huevo



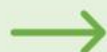
Huevo

Pescado o carne

POSTRES



Fruta



Lácteo o Fruta



Leche

Fruta

**NUEVO Real Decreto de comedores:
¡lo esencial en 15"!**

MENÚ SEMANAL: Aumento de pescados,
Legumbres y frutas.

DIA DE LA PROTEÍNA VEGETAL:
1 vez/mes en los menús.

PRODUCTOS ECOLÓGICOS: aumento al
5%.

PRODUCTOS INTEGRALES: mayor
frecuencia de arroz y pasta integral y pan
integral

DISMINUCIÓN: de fritos y precocinados

AGUA: Única bebida.

MENÚS ESPECIALES:
alergias/intolerancias y familias
informadas. Bocado Seguro

ENTRADA EN VIGOR: 16/04/2026

MÁS VERDE

¡¡Llena tu plato de color con + frutas
y verduras cada día!!

Se siguen las recomendaciones de la FEN, OMS, Estrategia NAOS y Plan 2020.

Los menús están sujetos a cambios debido a las variaciones de las materias primas en mercado.

Menú supervisado por la Dirección del Centro.



¡Hola, soy PIPO!

Soy tú proteína vegetal
Prepárate para verme
en acción en tus menús
¡¡Te aportaré todos
tus nutrientes
necesarios!!



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
4	5	6	7	8
Macarrones integrales con salsa de tomate (150 g de pasta cocida = 2,5 Rac) Merluza a la plancha Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada = 1 RAC 20 g de pan = 1 RAC	Alubias blancas estofadas (pimiento, zanahoria) (100 g alubias blancas cocidos escurridos = 2 Rac) Tortilla de calabacín y patata (18 g de patata frita = 0.5 rac) Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada= 1 RAC 20 g de pan integral = 1 RAC	Crema de zanahoria ECO (100 g de patata cocida = 2 Rac) Hamburguesa de pollo en salsa Patatas asadas (50 g de patata cocida = 1 RAC) Yogur 0% = 0,5 Rac 20 g de pan = 1 RAC	Arroz murciano (105 g de arroz cocido = 2,5 Rac) Merluza al limón Ensalada de lechuga, zanahoria y tomate Fruta de temporada= 1 RAC 20 g de pan = 1 RAC	Vichyssoise (100 g de patata cocida = 2 Rac) Lomo en salsa de manzana Guisantes salteados (50 g de guisantes escurridos = 0.5 Rac) Fruta de temporada= 1 RAC 20 g de pan integral = 1 RAC
11	12	13	14	15
Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) (100 g lentejas cocidos escurridos = 2 Rac) Tortilla de patata (35 g de patata frita = 1 rac) Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada= 1 RAC 10 g de pan = 0.5 RAC	Arroz con salsa de tomate (105 g de arroz cocido = 2,5 Rac) Merluza al horno Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta de temporada= 1 RAC 20 g de pan integral = 1 RAC	Crema de verduras (calabacín, acelga y zanahoria) (100 g de patata cocida = 2 Rac) Filete de pollo al ajillo con hierbas provenzales Ensalada de lechuga y aceitunas Yogur 0% = 0,5 Rac 40 g de pan = 2 RAC	Sopa de cocido con fideos integrales ECO (50 g de fideos cocidos = 1 rac) Cocido completo: garbanzos, ternera, pollo y cerdo (75 g garbanzos cocidos escurridos = 1.5 Rac) Repollo y zanahoria Fruta de temporada= 1 RAC 20 g de pan integral = 1 RAC	
18	19	20	21	22
Arroz integral con salsa de tomate (105 g de arroz cocido = 2,5 Rac) Merluza al ajillo Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada= 1 RAC 20 g de pan = 1 RAC	Alubias blancas estofadas (pimiento, zanahoria) (100 g alubias blancas cocidos escurridos = 2 Rac) Contramuslo de pollo asado al limón Ensalada de lechuga Fruta de temporada= 1 RAC 30 g de pan integral = 1.5 RAC	Coditos a la napolitana con queso (150 g de pasta cocida = 2,5 Rac) Salmón al horno Ensalada de lechuga, tomate y queso Yogur 0% = 0,5 Rac 30 g de pan = 1.5 RAC	Garbanzos con verduras (100 g garbanzos cocidos escurridos = 2 Rac) Huevo frito Pisto manchego Fruta de temporada= 1 RAC 30 g de pan = 1.5 RAC	Judías verdes rehogadas con zanahoria y patata cocida ECO (125 g judías verdes cocidas + 75 g de zanahoria + 100 g de patata cocida = 2 Rac) Cinta de lomo asada Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada= 1 RAC 30 g de pan integral = 1.5 RAC



25	26	27	28	29
Espaguetis con tomate (150 g de pasta cocida = 2,5 Rac) Tortilla francesa con queso Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada= 1 RAC 20 g de pan = 1 RAC	Arroz hortelano (j.verde, calabacín y zanahoria) (85 g de arroz cocido = 2 Rac) Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) (50 g lentejas cocidos escurridos = 1 Rac) Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta de temporada= 1 RAC 10 g de pan integral = 0.5 RAC	Crema de calabaza ECO (100 g de patata cocida = 2 Rac) Filete de pollo guisado Wok de verduras Yogur 0% = 0,5 Rac 40 g de pan = 2RAC	Sopa de verdura Estofado de cerdo al curry Arroz integral (60 g de arroz integral cocido = 1.5 Rac) Fruta de temporada= 1 RAC 40 g de pan = 2 RAC	Garbanzos con verduras (100 g garbanzos cocidos escurridos = 2 Rac) Merluza a la romana casera Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada= 1 RAC 30 g de pan integral = 1.5 RAC

OBSERVACIONES:

- Es importante recordar que el niño diabético debe comer con un horario muy regular y no se deben retrasar las comidas para evitar hipoglucemias.
 - Debe comerse toda la comida que es pesada (hidratos de carbono).
 - **1 ración (rac) de hidratos de carbono = 10 gramos de hidratos de carbono.**
 - Las cantidades son del alimento cocinado: arroz cocido, pasta cocida, patatas dado-fritas, patatas fritas, carne o pescado. En el caso de las legumbres, los fideos y la patata, el peso se refiere a estos tres elementos escurridos, después de pesar se añade el caldo.
 - No se añadirá ningún espesante (harina, pan rallado, ...) a los platos en salsa.
 - **1 rac de fruta corresponde a:** Los pesos de estas frutas se refieren a pesos brutos (sin desechos, con piel).
 - Pera 100 g
 - Manzana 100 g
 - Plátano 50 g
- SEGÚN SU TEMPORALIDAD :
- Melón o sandía 150 g
 - Naranja 100 g
 - Mandarina 100 g

Bibliografía:

Tabla de raciones de hidratos de carbono.
 Fundación para diabetes **fdnn** (FUNDACION PARA LA DIABETES NOVO NORDISK)



Tablas de composición de alimentos del CESNID. Andreu Farrán, Raúl Zamora y Pilar Cervera. Editorial Mc- Graw-Hill / Interamericana y Edicions Universitat de Barcelona, 2003.

Base de datos española de composición de alimentos (BEDCA). AESAN. www.bedca.net/bdpub/

Atkinson FS, Brand-Miller JC, Foster-Powell K, Buyken AE, Goletzke J. International tables of glycemic index and glycemic load values 2021: a systematic review. Am J Clin Nutr. 2021 Jul 13:nqab233.

Guía práctica de Contar Hidratos de Carbono de Accu-Chek®, Roche



Se ofrece diariamente **agua y pan blanco**, alternando con **pan integral**.
Las frutas, hortalizas y verduras son de temporada y de proveedores de proximidad.
 Menú elaborado por el **Dpto. de Nutrición y Dietética de Algadi** formado por profesionales cualificados, Dietistas y Nutricionistas.
 Según el **Reglamento 1169/2011** de información facilitada al consumidor, se informa sobre alérgenos presentes en alimentos no envasados y se refleja en nuestros menús de alergias alimentarias.
 Para cualquier otra información sobre alérgenos, contacte con nuestras oficinas centrales. ALGADI, SAU, info@algadi.com 91 547 46 46 c/Oquendo, 23, 4ª planta 28006 Madrid

