



LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
9	Espirales con verduras Buñuelos de bacalao Ensalada de lechuga y tomate Melocotón en almíbar Pan	10	Sopa de ave con fideos Albóndigas de ternera y cerdo en salsa Patatas dado Fruta del tiempo Pan	11	Potaje de garbanzos Lomo asado a la manzana Fruta del tiempo Pan	12	Crema de calabacín Filete de merluza en salsa de pimientos Patatas asadas al horno Fruta del tiempo Pan	13	Arroz a la milanesa Tortilla francesa Ensalada de lechuga y aceitunas Yogur sabor Pan integral
804 Kcal 18,8g Prot 24,3g Lip 124,9g Hc		516 Kcal 17,2g Prot 24,6g Lip 55,4g Hc		619 Kcal 36,3g Prot 23g Lip 65,1g Hc		460 Kcal 23g Prot 7,5g Lip 74,5g Hc		718 Kcal 22,7g Prot 28,1g Lip 90,7g Hc	
16	Sopa de pescado Burger meat mixta a la plancha Judías verdes rehogadas Fruta del tiempo Pan	17	Crema de legumbres Jamoncitos de pollo asados Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta del tiempo Pan	18	Arroz con salsa de tomate Abadejo con salsa provenzal Guisantes saltados Fruta del tiempo Pan	19	Lentejas a la riojana Lacón con aceite y pimentón Cachelos Fruta del tiempo Pan	20	Macarrones boloñesa Tortilla de bonito Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur sabor Pan
461 Kcal 28,4g Prot 18g Lip 49,1g Hc		609 Kcal 51,2g Prot 17,4g Lip 65,1g Hc		659 Kcal 36,3g Prot 11,9g Lip 96,9g Hc		649 Kcal 41,4g Prot 20,5g Lip 77,4g Hc		730 Kcal 29,5g Prot 29g Lip 86,6g Hc	
23	Patatas con verdura Filete de lomo de cerdo a la madrileña Tomate aliñado Fruta del tiempo Pan	24	Espaguetis carbonara Merluza al horno Ensalada de lechuga y maíz Fruta del tiempo Pan	25	Crema de zanahoria Salchichas de pollo y pavo al grill Patatas dado Fruta del tiempo Pan	26	Sopa de arroz Tortilla francesa con jamón york Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta del tiempo Pan	27	Alubias blancas estofadas Varitas de merluza Ensalada de lechuga y aceitunas Yogur sabor Pan integral
505 Kcal 26,5g Prot 14,6g Lip 66,2g Hc		623 Kcal 28,2g Prot 18,2g Lip 84,1g Hc		614 Kcal 30,7g Prot 22,8g Lip 69,9g Hc		534 Kcal 14,5g Prot 29,2g Lip 51,4g Hc		799 Kcal 39g Prot 30,5g Lip 98,6g Hc	
30	Lentejas con verduras Tortilla de patata Champiñón salteado Fruta del tiempo Pan	31	Arroz tres delicias Abadejo en salsa marinera Ensalada de lechuga y manzana Fruta del tiempo Pan						
560 Kcal 29,6g Prot 17g Lip 77,8g Hc		618 Kcal 26g Prot 10,5g Lip 103,1g Hc							



Menú elaborado por el Dpto. de Nutrición y Dietética de Algadi, N.ºR.S. (28. 12037/M) formado por profesionales cualificados, especialistas en todas las etapas de alimentación (infantil, escolar, adulta, geriátrica) y nutrición clínica con patologías alimentarias, apasionados de la nutrición y velando siempre por el cumplimiento de los requerimientos nutricionales. M. Lozano (Dietista-Nutricionista) / P. PENELAS (Nutricionista / Dietista) Col: MAD00398 / J. MARTIN (Lic. Farmacia (Nutrición)/H. CORTES (Dietista/Nutricionista). Según el Reglamento 1169/2011 de información facilitada al consumidor, se informa sobre alérgenos presentes en alimentos no envasados, se refleja en nuestros menús de alergias alimentarias. Para cualquier otra información sobre alérgenos, contacte con nuestras oficinas centrales. ALGADI, SAU, info@algadi.com 91 547 46 46 c/Oquendo, 23, 4ª planta 28006 Madrid.