

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
2	Crema de coliflor ECO con queso Cinta de lomo empanada Patatas fritas Fruta de temporada Pan (7 , 14 , 1 , 3) 689 Kcal 29,1g Prot 32,5g Lip 69,3g Hc	3	Arroz tres delicias (huevo,jamón y guisante) Pastel de pescado con verduras Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan / Pan integral (3 , 6 , 4 , 14 , 1 , 10 , 11) 658 Kcal 25,1g Prot 21,2g Lip 86,9g Hc	4	Garbanzos con verduras Tortilla de patata Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan (14 , 3 , 1) 713 Kcal 25,4g Prot 27,4g Lip 79,6g Hc	5	Macarrones integrales a la napolitana Longanizas frescas al horno Jardinera de verduras Fruta de temporada Pan (1 , 6 , 14) 715 Kcal 21,9g Prot 31,7g Lip 81,5g Hc	6	Alubias blancas estofadas (pimiento,zanahoria) Palometa con tomate Ensalada de lechuga y aceitunas Yogur sabor / Fruta de temporada Pan / Pan integral (14 , 4 , 7 , 1 , 6 , 10 , 11) 645 Kcal 37,2g Prot 22,6g Lip 75,6g Hc
9	Crema de calabacín Abadejo a la vizcaína Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan (14 , 4 , 1) 555 Kcal 26g Prot 17,9g Lip 68,4g Hc	10	Lentejas de la abuela (chorizo) Tortilla francesa con jamón york Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan / Pan integral (6 , 7 , 14 , 3 , 1 , 10 , 11) 723 Kcal 28,8g Prot 36,2g Lip 66,9g Hc	11	Hervido valenciano Hamburguesa mixta en salsa de tomate Arroz integral Fruta de temporada Pan (14 , 1) 611 Kcal 27,9g Prot 21,8g Lip 66,7g Hc	12	Sopa de ave con galets Puchero Valenciano completo Rollo y zanahoria ECO Fruta de temporada Pan (1 , 14) 704 Kcal 35,1g Prot 22,6g Lip 86,2g Hc	13	Arroz con salsa de tomate Merluza en salsa marinera (gambas y mejillones) Guisantes salteados Yogur sabor / Fruta de temporada Pan / Pan integral (1 , 2 , 4 , 12 , 7 , 6 , 10 , 11) 738 Kcal 30,1g Prot 21,8g Lip 92,1g Hc
16	Coditos a la carbonara Merluza al horno Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada Pan (1 , 6 , 7 , 4 , 14) 624 Kcal 30g Prot 20,4g Lip 77,3g Hc	17	Alubias blancas guisadas Huevos revueltos con pavo Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan / Pan integral (6 , 7 , 14 , 3 , 1 , 10 , 11) 663 Kcal 29,9g Prot 30,2g Lip 72,1g Hc	18	Paella valenciana Entremeses variados Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan (6 , 7 , 14 , 1) 576 Kcal 19,9g Prot 16g Lip 86,2g Hc	19		20	
23	Espirales integrales con salsa de tomate Huevos a la villaroy Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan (1 , 3 , 6 , 7 , 14) 733 Kcal 16,7g Prot 29,1g Lip 102g Hc	24	Arroz a banda Abadejo a la romana casero Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan / Pan integral (4 , 12 , 1 , 3 , 14 , 6 , 10 , 11) 714 Kcal 30,6g Prot 23,5g Lip 91,8g Hc	25	Garbanzos con verduras Filete de pollo en su jugo con ajo y perejil Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan (14 , 1) 593 Kcal 36g Prot 17,4g Lip 67,6g Hc	26	Crema de zanahoria ECO Lomo en salsa de manzana Calabacín salteado Fruta de temporada Pan (14 , 1) 540 Kcal 22,3g Prot 23,3g Lip 57,7g Hc	27	Alubias blancas estofadas (pimiento,zanahoria) Merluza en salsa de tomate Patatas fritas Fruta de temporada Pan / Pan integral (14 , 4 , 1 , 6 , 10 , 11) 681 Kcal 33,1g Prot 24,7g Lip 84,3g Hc
30	Lentejas a la burgalesa (chorizo) Tortilla de calabacín y patata Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan (6 , 7 , 14 , 3 , 1) 697 Kcal 32,7g Prot 33,8g Lip 90,4g Hc	31	Coditos con tomate Merluza en salsa Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada Pan / Pan integral (1 , 4 , 14 , 6 , 10 , 11) 584 Kcal 27,6g Prot 14,8g Lip 82,2g 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. Col. (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

1º



Cereales
(arroz/pasta)

2º



Carne (pollo, ternera, cerdo)

Huevo

POSTRES



Fruta

Leche

PUEDES CENAR

Verduras cocinadas
Hortalizas crudas



Pescado o huevo

Pescado o carne



Lácteo o Fruta

Fruta



**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!!**



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.

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
2	Crema de coliflor ECO con queso *Cinta de lomo empanada Patatas fritas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (7 , 14) 688 Kcal 25,6g Prot 28,6g Lip 76,6g Hc	3	Arroz tres delicias (huevo,jamón y guisante) Pastel de pescado con verduras Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3 , 6 , 4 , 14) 681 Kcal 22,9g Prot 20,7g Lip 91,7g Hc	4	Garbanzos con verduras Tortilla de patata Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14 , 3) 739 Kcal 23,4g Prot 27g Lip 84,4g Hc	5	Macarrones integrales a la napolitana Longanizas frescas al horno Jardinera de verduras Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1 , 6 , 14) 741 Kcal 20g Prot 31,3g Lip 86,3g Hc	6	Alubias blancas estofadas (pimiento,zanahoria) Palometa con tomate Ensalada de lechuga y aceitunas Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14 , 4 , 7) 668 Kcal 35g Prot 22,2g Lip 80,3g Hc
9	Crema de calabacín Abadejo a la vizcaína Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14 , 4) 643 Kcal 22,7g Prot 17,3g Lip 85,5g Hc	10	Lentejas de la abuela (chorizo) Tortilla francesa con jamón york Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (6 , 7 , 14 , 3) 746 Kcal 26,6g Prot 35,7g Lip 71,6g Hc	11	Hervido valenciano Hamburguesa mixta en salsa de tomate Arroz integral Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 637 Kcal 25,9g Prot 21,4g Lip 71,5g Hc	12	Sopa de ave con galets Puchero Valenciano completo Repollo y zanahoria ECO Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1 , 14) 730 Kcal 33,1g Prot 22,2g Lip 91g Hc	13	Arroz con salsa de tomate Merluza en salsa marinera (gambas y mejillones) Guisantes salteados Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1 , 2 , 4 , 12 , 7) 761 Kcal 27,8g Prot 21,3g Lip 96,8g Hc
16	Coditos al ajillo Merluza al horno Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1 , 4 , 14) 580 Kcal 24,6g Prot 15,5g Lip 78,8g Hc	17	Alubias blancas guisadas Huevos revueltos con pavo Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (6 , 7 , 14 , 3) 687 Kcal 27,6g Prot 29,8g Lip 76,9g Hc	18	Paella valenciana Entremeses variados Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (6 , 7 , 14) 602 Kcal 18g Prot 15,6g Lip 91g Hc	19		20	
23	Espirales integrales con salsa de tomate Huevos a la villaroy Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1 , 3 , 6 , 7 , 14) 759 Kcal 14,7g Prot 28,7g Lip 106,8g Hc	24	Arroz a banda Abadejo a la romana casero Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4 , 12 , 1 , 3 , 14) 737 Kcal 28,4g Prot 23g Lip 96,5g Hc	25	Garbanzos con verduras Filete de pollo en su jugo con ajo y perejil Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 620 Kcal 34g Prot 17g Lip 72,4g Hc	26	Crema de zanahoria ECO Lomo en salsa de manzana Calabacín salteado Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 566 Kcal 20,3g Prot 22,9g Lip 62,5g Hc	27	Alubias blancas estofadas (pimiento,zanahoria) Merluza en salsa de tomate Patatas fritas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14 , 4) 704 Kcal 30,9g Prot 24,2g Lip 89g Hc
30	Lentejas a la burgalesa (chorizo) Tortilla de calabacín y patata Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (6 , 7 , 14 , 3) 723 Kcal 30,8g Prot 33,4g Lip 95,2g Hc	31	Coditos con tomate Merluza en salsa Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1 , 4 , 14) 607 Kcal 25,4g Prot 14,3g Lip 87g 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. Col. (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

1º



Cereales
(arroz/pasta)

2º



Carne (pollo, ternera, cerdo)

Huevo

POSTRES



Fruta

Leche

PUEDES CENAR

Verduras cocinadas
Hortalizas crudas



Pescado o huevo

Pescado o carne



Lácteo o Fruta

Fruta



**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!!**



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.

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

2

Crema de coliflor ECO con queso
*Cinta de lomo empanada
Patatas fritas
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(7, 14)

688 Kcal 25,6g Prot 28,6g Lip 76,6g Hc

3

Arroz tres delicias (huevo,jamón y
guisante)
Pastel de pescado con verduras
Ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(3, 6, 4, 14)

681 Kcal 22,9g Prot 20,7g Lip 91,7g Hc

4

Garbanzos con verduras
Tortilla de patata
Ensalada de lechuga y maíz
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(14, 3)

739 Kcal 23,4g Prot 27g Lip 84,4g Hc

5

*Macarrones con tomate
Longanizas frescas al horno
Jardinera de verduras
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(6, 14)

648 Kcal 14,9g Prot 30,4g Lip 72,2g Hc

6

Alubias blancas estofadas
(pimiento,zanahoria)
Palometa con tomate
Ensalada de lechuga y aceitunas
Yogur sabor / Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(14, 4, 7)

668 Kcal 35g Prot 22,2g Lip 80,3g Hc

9

Crema de calabacín
Abadejo a la vizcaína
Ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(14, 4)

643 Kcal 22,7g Prot 17,3g Lip 85,5g Hc

10

Lentejas de la abuela (chorizo)
Tortilla francesa con jamón york
Ensalada de lechuga y tomate
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(6, 7, 14, 3)

746 Kcal 26,6g Prot 35,7g Lip 71,6g Hc

11

Hervido valenciano
Hamburguesa mixta en salsa de tomate
Arroz integral
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(14)

637 Kcal 25,9g Prot 21,4g Lip 71,5g Hc

12

*Sopa de ave
*Puchero Valenciano completo
Repollo y zanahoria ECO
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(14)

699 Kcal 37,8g Prot 18,3g Lip 90,7g Hc

13

Arroz con salsa de tomate
*Merluza en salsa marinera
Guisantes salteados
Yogur sabor / Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(4, 7)

718 Kcal 28,2g Prot 21,4g Lip 95,9g Hc

16

*Espirales al ajillo
Merluza al horno
Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(4, 14)

771 Kcal 24g Prot 15,3g Lip 128,3g Hc

17

Alubias blancas guisadas
Huevos revueltos con pavo
Ensalada de lechuga y tomate
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(6, 7, 14, 3)

687 Kcal 27,6g Prot 29,8g Lip 76,9g Hc

18

Paella valenciana
Entremeses variados
Ensalada de lechuga y tomate
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(14)

551 Kcal 12,6g Prot 12,7g Lip 90,1g Hc

19

20

23

*Espirales con salsa de tomate
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga y maíz
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(3, 14)

857 Kcal 14,9g Prot 20,4g Lip 146,1g Hc

24

Arroz a banda
* Abadejo a la andaluz
Ensalada de lechuga y tomate
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(4, 12, 14)

734 Kcal 27,9g Prot 22,2g Lip 98,1g Hc

25

Garbanzos con verduras
Filete de pollo en su jugo con ajo y perejil
Ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(14)

620 Kcal 34g Prot 17g Lip 72,4g Hc

26

Crema de zanahoria ECO
Lomo en salsa de manzana
Calabacín salteado
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(14)

566 Kcal 20,3g Prot 22,9g Lip 62,5g Hc

27

Alubias blancas estofadas
(pimiento,zanahoria)
Merluza en salsa de tomate
Patatas fritas
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(14, 4)

704 Kcal 30,9g Prot 24,2g Lip 89g Hc

30

Lentejas a la burgalesa (chorizo)
Tortilla de calabacín y patata
Ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(6, 7, 14, 3)

723 Kcal 30,8g Prot 33,4g Lip 95,2g Hc

31

*Macarrones con tomate
Merluza en salsa
Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(4, 14)

546 Kcal 20g Prot 16,4g Lip 73,1g 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 Col.(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: ALÉRGENOS
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

1º



Cereales
(arroz/pasta)

2º



Carne (pollo, ternera, cerdo)

Huevo

POSTRES



Fruta

Leche

PUEDES CENAR

Verduras cocinadas
Hortalizas crudas



Pescado o huevo

Pescado o carne



Lácteo o Fruta

Fruta



**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!!**



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.

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

2

Crema de coliflor ECO con queso
*Cinta de lomo empanada
Patatas fritas
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(7 , 14)

688 Kcal 25,6g Prot 28,6g Lip 76,6g Hc

3

Arroz dos delicias (pavo y maíz)
Abadejo al horno
Ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(4 , 14)

635 Kcal 26g Prot 14,3g Lip 91,3g Hc

4

Garbanzos con verduras
Filete de pavo plancha
Ensalada de lechuga y maíz
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(14)

617 Kcal 27,8g Prot 18,3g Lip 73,3g Hc

5

*Macarrones con tomate
Longanizas frescas al horno
Jardinera de verduras
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(6 , 14)

648 Kcal 14,9g Prot 30,4g Lip 72,2g Hc

6

Alubias blancas estofadas
(pimiento,zanahoria)
Palometa con tomate
Ensalada de lechuga y aceitunas
Yogur sabor / Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(14 , 4 , 7)

668 Kcal 35g Prot 22,2g Lip 80,3g Hc

9

Crema de calabacín
Abadejo a la vizcaína
Ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(14 , 4)

643 Kcal 22,7g Prot 17,3g Lip 85,5g Hc

10

Lentejas de la abuela (chorizo)
Lacón al horno
Ensalada de lechuga y tomate
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(6 , 7 , 14)

843 Kcal 41,1g Prot 37,2g Lip 78,4g Hc

11

Hervido valenciano
Hamburguesa mixta en salsa de tomate
Arroz integral
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(14)

637 Kcal 25,9g Prot 21,4g Lip 71,5g Hc

12

*Sopa de ave
*Puchero Valenciano completo
Repollo y zanahoria ECO
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(14)

699 Kcal 37,8g Prot 18,3g Lip 90,7g Hc

13

Arroz con salsa de tomate
Merluza en salsa marinera (gambas y mejillones)
Guisantes salteados
Yogur sabor / Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(1 , 2 , 4 , 12 , 7)

761 Kcal 27,8g Prot 21,3g Lip 96,8g Hc

16

*Espirales al ajillo
Merluza al horno
Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(4 , 14)

771 Kcal 24g Prot 15,3g Lip 128,3g Hc

17

Alubias blancas guisadas
Filete de pavo plancha
Ensalada de lechuga y tomate
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(6 , 7 , 14)

676 Kcal 32,3g Prot 26g Lip 77,5g Hc

18

Paella valenciana
Entremeses variados
Ensalada de lechuga y tomate
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(14)

551 Kcal 12,6g Prot 12,7g Lip 90,1g Hc

19

20

23

*Espirales con salsa de tomate
*Filete de pavo en salsa
Ensalada de lechuga y maíz
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(14)

787 Kcal 23,4g Prot 12,5g Lip 136,3g Hc

24

Arroz a banda
* Abadejo a la andaluz
Ensalada de lechuga y tomate
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(4 , 12 , 14)

734 Kcal 27,9g Prot 22,2g Lip 98,1g Hc

25

Garbanzos con verduras
Filete de pollo en su jugo con ajo y perejil
Ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(14)

620 Kcal 34g Prot 17g Lip 72,4g Hc

26

Crema de zanahoria ECO
Lomo en salsa de manzana
Calabacín salteado
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(14)

566 Kcal 20,3g Prot 22,9g Lip 62,5g Hc

27

Alubias blancas estofadas
(pimiento,zanahoria)
Merluza en salsa de tomate
Patatas fritas
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(14 , 4)

704 Kcal 30,9g Prot 24,2g Lip 89g Hc

30

Lentejas a la burgalesa (chorizo)
Pollo salteado
Ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(6 , 7 , 14)

673 Kcal 36g Prot 23,3g Lip 68,5g Hc

31

*Macarrones con tomate
Merluza en salsa
Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(1 , 4 , 14)

540 Kcal 20,3g Prot 16,5g Lip 71,3g 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 Col.(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

1º



Cereales
(arroz/pasta)

2º



Carne (pollo, ternera, cerdo)

Huevo

POSTRES



Fruta

Leche

PUEDES CENAR

Verduras cocinadas
Hortalizas crudas



Pescado o huevo

Pescado o carne



Lácteo o Fruta

Fruta



**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!!**



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.

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

2

Crema de coliflor ECO
*Cinta de lomo empanada
Patatas fritas
Fruta de temporada
Pan
(14, 1)

622 Kcal 24,7g Prot 25,9g Lip 71,7g Hc

3

Arroz tres delicias (huevo, jamón y guisante)
Pastel de pescado con verduras
Ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta de temporada
Pan
(3, 6, 4, 14, 1)

655 Kcal 24,9g Prot 21,1g Lip 86,9g Hc

4

Garbanzos con verduras
Tortilla de patata
Ensalada de lechuga y maíz
Fruta de temporada
Pan
(14, 3, 1)

713 Kcal 25,4g Prot 27,4g Lip 79,6g Hc

5

Macarrones integrales a la napolitana
Longanizas frescas al horno
Jardinera de verduras
Fruta de temporada
Pan
(1, 6, 14)

715 Kcal 21,9g Prot 31,7g Lip 81,5g Hc

6

Alubias blancas estofadas (pimiento, zanahoria)
Palometa con tomate
Ensalada de lechuga y aceitunas
Fruta de temporada
Pan
(14, 4, 1)

606 Kcal 34,2g Prot 20,3g Lip 74,6g Hc

9

Crema de calabacín
Abadejo a la vizcaína
Ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta de temporada
Pan
(14, 4, 1)

555 Kcal 26g Prot 17,9g Lip 68,4g Hc

10

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

645 Kcal 24g Prot 23,9g Lip 76,8g Hc

11

Hervido valenciano
Hamburguesa mixta en salsa de tomate
Arroz integral
Fruta de temporada
Pan
(14, 1)

611 Kcal 27,9g Prot 21,8g Lip 66,7g Hc

12

Sopa de ave con galets
*Puchero Valenciano completo
Repollo y zanahoria ECO
Fruta de temporada
Pan
(1, 14)

680 Kcal 39g Prot 15,4g Lip 97,4g Hc

13

Arroz con salsa de tomate
Merluza en salsa marinera (gambas y mejillones)
Guisantes salteados
Fruta de temporada
Pan
(1, 2, 4, 12)

698 Kcal 27g Prot 19,4g Lip 91g Hc

16

Coditos al ajillo
Merluza al horno
Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria
Fruta de temporada
Pan
(1, 4, 14)

554 Kcal 26,6g Prot 15,9g Lip 74g Hc

17

Alubias blancas con verduras
Huevos revueltos con pavo
Ensalada de lechuga y tomate
Fruta de temporada
Pan
(14, 3, 1)

588 Kcal 25,8g Prot 22,6g Lip 72,2g Hc

18

Paella valenciana
Entremeses variados
Ensalada de lechuga y tomate
Fruta de temporada
Pan
(14, 1)

525 Kcal 14,5g Prot 13,1g Lip 85,3g Hc

19

20

23

Espirales integrales con salsa de tomate
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga y maíz
Fruta de temporada
Pan
(1, 3, 14)

684 Kcal 17,4g Prot 25,9g Lip 91,8g Hc

24

Arroz a banda
Abadejo a la romana casero
Ensalada de lechuga y tomate
Fruta de temporada
Pan
(4, 12, 1, 3, 14)

711 Kcal 30,4g Prot 23,4g Lip 91,7g Hc

25

Garbanzos con verduras
Filete de pollo en su jugo con ajo y perejil
Ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta de temporada
Pan
(14, 1)

593 Kcal 36g Prot 17,4g Lip 67,6g Hc

26

Crema de zanahoria ECO
Lomo en salsa de manzana
Calabacín salteado
Fruta de temporada
Pan
(14, 1)

540 Kcal 22,3g Prot 23,3g Lip 57,7g Hc

27

Alubias blancas estofadas (pimiento, zanahoria)
Merluza en salsa de tomate
Patatas fritas
Fruta de temporada
Pan
(14, 4, 1)

678 Kcal 32,9g Prot 24,6g Lip 84,2g Hc

30

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

629 Kcal 30g Prot 27g Lip 90,6g Hc

31

Coditos con tomate
Merluza en salsa
Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria
Fruta de temporada
Pan
(1, 4, 14)

581 Kcal 27,4g Prot 14,7g Lip 82,2g 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. Col.(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: ALÉRGENOS
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

1º



Cereales
(arroz/pasta)

2º



Carne (pollo, ternera, cerdo)

Huevo

POSTRES



Fruta

Leche

PUEDES CENAR

Verduras cocinadas
Hortalizas crudas



Pescado o huevo

Pescado o carne



Lácteo o Fruta

Fruta



**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!!**



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.

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
2	Crema de coliflor ECO con queso *Cinta de lomo empanada Patatas fritas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (7 , 14) 688 Kcal 25,6g Prot 28,6g Lip 76,6g Hc	3	Arroz dos delicias (pavo y maíz) Pastel de pescado con verduras Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3 , 4 , 14) 648 Kcal 22,1g Prot 17,2g Lip 92g Hc	4	Pisto de verduras Tortilla de patata Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3 , 14) 687 Kcal 15,1g Prot 24,1g Lip 85,2g Hc	5	*Macarrones con tomate Filete de pollo a la plancha Verduras variadas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 576 Kcal 24,6g Prot 17,5g Lip 71,7g Hc	6	Guiso de patatas con verduras Palometa con tomate Ensalada de lechuga y aceitunas Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14 , 4 , 7) 713 Kcal 26,7g Prot 21,6g Lip 90,3g Hc
9	Crema de calabacín Abadejo a la vizcaína Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14 , 4) 643 Kcal 22,7g Prot 17,3g Lip 85,5g Hc	10	*Espirales al ajillo Tortilla francesa Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3 , 14) 831 Kcal 14,6g Prot 20,4g Lip 141,7g Hc	11	Verduras variadas rehogadas Hamburguesa mixta en salsa de tomate Arroz integral Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 685 Kcal 26,1g Prot 24,3g Lip 74,7g Hc	12	*Sopa de ave Pollo cocido Patata y zanahoria cocida Fruta de temporada Pan sin alérgenos 596 Kcal 36,6g Prot 16,2g Lip 65,1g Hc	13	Arroz con salsa de tomate Merluza en salsa marinera (gambas y mejillones) Zanahoria baby Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1 , 2 , 4 , 12 , 7) 734 Kcal 26,7g Prot 18,2g Lip 98g Hc
16	*Espirales al ajillo Merluza al horno Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4 , 14) 771 Kcal 24g Prot 15,3g Lip 128,3g Hc	17	Patatas estofadas con verduras Huevos revueltos con pavo Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14 , 3) 537 Kcal 15g Prot 21,7g Lip 61,7g Hc	18	*Paella valenciana Entremeses variados Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 516 Kcal 14g Prot 10g Lip 86g Hc	19		20	
23	*Espirales con salsa de tomate Tortilla francesa Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3 , 14) 857 Kcal 14,9g Prot 20,4g Lip 146,1g Hc	24	Arroz a banda Abadejo a la romana casero Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4 , 12 , 1 , 3 , 14) 737 Kcal 28,4g Prot 23g Lip 96,5g Hc	25	Sopa de verdura y pasta Filete de pollo en su jugo con ajo y perejil Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 647 Kcal 25,2g Prot 17g Lip 86,3g Hc	26	Crema de zanahoria ECO Lomo en salsa de manzana Calabacín salteado Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 566 Kcal 20,3g Prot 22,9g Lip 62,5g Hc	27	Verduras variadas rehogadas Merluza en salsa de tomate Patatas fritas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14 , 4) 614 Kcal 22,8g Prot 23,9g Lip 68g Hc
30	Pisto de verduras Tortilla de calabacín y patata Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3 , 14) 473 Kcal 16,7g Prot 23,2g Lip 74,4g Hc	31	*Macarrones con tomate Merluza en salsa Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1 , 4 , 14) 540 Kcal 20,3g Prot 16,5g Lip 71,3g 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 Col.(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

1º



Cereales
(arroz/pasta)

2º



Carne (pollo, ternera, cerdo)

Huevo

POSTRES



Fruta

Leche

PUEDES CENAR

Verduras cocinadas
Hortalizas crudas



Pescado o huevo

Pescado o carne



Lácteo o Fruta

Fruta



**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!!**



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.

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

2

Crema de coliflor ECO con queso
Cinta de lomo empanada
Patatas fritas
Fruta de temporada
Pan
(7, 14, 1, 3)

689 Kcal 29,1g Prot 32,5g Lip 69,3g Hc

3

Arroz tres delicias (huevo, jamón y
guisante)
Filete de pollo al limón
Ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta de temporada
Pan / Pan integral
(3, 6, 1, 14, 10, 11)

629 Kcal 30,6g Prot 15,5g Lip 86,7g Hc

4

Garbanzos con verduras
Tortilla de patata
Ensalada de lechuga y maíz
Fruta de temporada
Pan
(14, 3, 1)

713 Kcal 25,4g Prot 27,4g Lip 79,6g Hc

5

Macarrones integrales a la napolitana
Longanizas frescas al horno
Jardinera de verduras
Fruta de temporada
Pan
(1, 6, 14)

715 Kcal 21,9g Prot 31,7g Lip 81,5g Hc

6

Alubias blancas estofadas
(pimiento, zanahoria)
Filete de pollo en salsa (zanahoria)
Ensalada de lechuga y aceitunas
Yogur sabor / Fruta de temporada
Pan / Pan integral
(14, 1, 7, 6, 10, 11)

671 Kcal 39,6g Prot 22,1g Lip 77,1g Hc

9

Crema de calabacín
Filete de pavo en salsa
Ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta de temporada
Pan
(14, 1)

539 Kcal 24,3g Prot 15,6g Lip 70,9g Hc

10

Lentejas de la abuela (chorizo)
Tortilla francesa con jamón york
Ensalada de lechuga y tomate
Fruta de temporada
Pan / Pan integral
(6, 7, 14, 3, 1, 10, 11)

723 Kcal 28,8g Prot 36,2g Lip 66,9g Hc

11

Hervido valenciano
Hamburguesa mixta en salsa de tomate
Arroz integral
Fruta de temporada
Pan
(14, 1)

611 Kcal 27,9g Prot 21,8g Lip 66,7g Hc

12

Sopa de ave con galets
Puchero Valenciano completo
Repollo y zanahoria ECO
Fruta de temporada
Pan
(1, 14)

704 Kcal 35,1g Prot 22,6g Lip 86,2g Hc

13

Arroz con salsa de tomate
Filete de pollo a la plancha
Guisantes salteados
Yogur sabor / Fruta de temporada
Pan / Pan integral
(7, 1, 6, 10, 11)

697 Kcal 32,6g Prot 20,8g Lip 90,4g Hc

16

Coditos a la carbonara
Lomo de sajonia a la plancha
Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria
Fruta de temporada
Pan
(1, 6, 7, 14)

673 Kcal 23,7g Prot 22,6g Lip 85,2g Hc

17

Alubias blancas guisadas
Huevos revueltos con pavo
Ensalada de lechuga y tomate
Fruta de temporada
Pan / Pan integral
(6, 7, 14, 3, 1, 10, 11)

663 Kcal 29,9g Prot 30,2g Lip 72,1g Hc

18

Paella valenciana
Entremeses variados
Ensalada de lechuga y tomate
Fruta de temporada
Pan
(6, 7, 14, 1)

576 Kcal 19,9g Prot 16g Lip 86,2g Hc

19

20

23

Espirales integrales con salsa de tomate
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga y maíz
Fruta de temporada
Pan
(1, 3, 14)

684 Kcal 17,4g Prot 25,9g Lip 91,8g Hc

24

Arroz con verduras
Hamburguesa de ternera casera a la
plancha
Ensalada de lechuga y tomate
Fruta de temporada
Pan / Pan integral
(14, 1, 6, 10, 11)

621 Kcal 27,5g Prot 17,9g Lip 85,6g Hc

25

Garbanzos con verduras
Filete de pollo en su jugo con ajo y perejil
Ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta de temporada
Pan
(14, 1)

593 Kcal 36g Prot 17,4g Lip 67,6g Hc

26

Crema de zanahoria ECO
Lomo en salsa de manzana
Calabacín salteado
Fruta de temporada
Pan
(14, 1)

540 Kcal 22,3g Prot 23,3g Lip 57,7g Hc

27

Alubias blancas estofadas
(pimiento, zanahoria)
Huevos cocidos con salsa de tomate
Patatas fritas
Fruta de temporada
Pan / Pan integral
(14, 3, 1, 6, 10, 11)

717 Kcal 29,6g Prot 31,3g Lip 84,8g Hc

30

Lentejas a la burgalesa (chorizo)
Tortilla de calabacín y patata
Ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta de temporada
Pan
(6, 7, 14, 3, 1)

697 Kcal 32,7g Prot 33,8g Lip 90,4g Hc

31

Coditos con tomate
Filete de pollo a la plancha
Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria
Fruta de temporada
Pan / Pan integral
(1, 14, 6, 10, 11)

605 Kcal 31g Prot 16,8g Lip 77,9g 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. Col.(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: ALÉRGENOS
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

1º



Cereales
(arroz/pasta)

2º



Carne (pollo, ternera, cerdo)

Huevo

POSTRES



Fruta

Leche

PUEDES CENAR

Verduras cocinadas
Hortalizas crudas



Pescado o huevo

Pescado o carne



Lácteo o Fruta

Fruta



**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!!**



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.asociacionceliacos.org

