algadi we care

COLEGIO PADRE DEHON

MENÚ BASAL NOVIEMBRE 2026

BOCADO SEGURO CONTROL ALÉRGENOS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 Crema parmentier de puerros y queso Lomo en salsa de manzana Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan (7,14,1) 625 Kcal 23,6g Prot 32,1g Lip 57,4g Hc	**3** Patatas estofadas con verduras (j.verde y pimiento) Cordon bleu Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan integral (14,1,7,6,10,11) 697 Kcal 21,3g Prot 37g Lip 68,4g Hc	**4** Sopa de ave con fideos integrales ECO Puchero Valenciano completo Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan (1,6,14) 774 Kcal 38,5g Prot 28,2g Lip 84,5g Hc	**5** Arroz hortelano (judía verde, calabacín y zanahoria) Limanda al horno Ensalada de lechuga y manzana Fruta de temporada Pan (4,14,1) 626 Kcal 29,8g Prot 17,9g Lip 86,3g Hc	**6** Alubias blancas estofadas (pimiento,zanahoria) Tortilla francesa con atún Patatas al ajillo Yogur natural Pan integral (14,3,4,7,1,6,10,11) 638 Kcal 25,2g Prot 29g Lip 70,5g Hc
9 Coditos con salsa aurora Palometa al horno Ensalada de lechuga, tomate y queso Fruta de temporada Pan (1,7,4,14) 668 Kcal 32,1g Prot 22,6g Lip 82,8g Hc	**10** Lentejas con arroz integral Lomo de sajonia a la gallega Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan integral (14,6,1,10,11) 661 Kcal 26,9g Prot 22g Lip 74g Hc	**11** Crema de calabacín Ragout de pollo en salsa de verduras Patatas fritas Fruta de temporada Pan (14,1) 600 Kcal 27,6g Prot 24,5g Lip 66,8g Hc	**12** Arroz a banda (calamar y merluza) Huevos a la jardinera Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta de temporada Pan (4,12,3,14,1) 686 Kcal 23,8g Prot 26,7g Lip 88,2g Hc	**13** Garbanzos guisados Albóndigas en salsa de tomate (proteína vegetal) Salteado de verduritas Yogur natural Pan integral (7,14,6,1,10,11) 773 Kcal 32g Prot 44g Lip 52,3g Hc
16 Crema de calabaza Hamburguesa mixta a la plancha Patatas panadera Fruta de temporada Pan (14,1) 661 Kcal 20,1g Prot 33,5g Lip 71,1g Hc	**17** Sopa de fideos integrales ECO Puchero de garbanzos, verduras y pollo Zanahoria cocida Fruta de temporada Pan integral (1,14,6,10,11) 619 Kcal 31,5g Prot 13,6g Lip 81,6g Hc	**18** Arroz con salsa de tomate Filete de pollo empanado casero Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan (1,3,14) 727 Kcal 29,9g Prot 24g Lip 93,8g Hc	**19** Espaguetis con salsa de queso Merluza al horno Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada Pan (1,7,4,14) 657 Kcal 33,6g Prot 23,4g Lip 76,1g Hc	**20** Alubias pintas con verduras (zanahoria y pimiento) Tortilla de calabacín y patata Ensalada de lechuga con atún Yogur natural Pan integral (14,3,4,7,1,6,10,11) 635 Kcal 32,2g Prot 28,8g Lip 73,9g Hc
23 Macarrones integrales pomodoro con orégano Pastel de pescado con verduras Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan (1,3,4,14) 647 Kcal 25,3g Prot 24,2g Lip 78,5g Hc	**24** Hervido valenciano Jamoncitos de pollo en salsa de verduras Patatas dado Fruta de temporada Pan integral (14,1,6,10,11) 724 Kcal 57,1g Prot 29,8g Lip 53,5g Hc	**25** Lentejas estofadas con calabaza Tortilla de patata Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan (3,14,1) 672 Kcal 23,1g Prot 30,3g Lip 79,8g Hc	**26** JORNADA GASTRONÓMICA MEXICANA Arroz mexicano Fajita mariachi (proteína vegetal) Nachos rancheros Gelafresa Pan (1,6) 771 Kcal 26,6g Prot 18,6g Lip 121,2g Hc	**27** Cazuelita de garbanzos con champiñón y comino Estofado de cerdo en salsa Jardinera de verduras Fruta de temporada Pan integral (1,6,10,11) 685 Kcal 39g Prot 28g Lip 61,2g Hc
30 Patatas estofadas con verduras (j.verde y pimiento) Abadejo a la andaluza Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan (14,1,4) 581 Kcal 26,2g Prot 23,7g Lip 66,8g Hc				

1 GLUTEN, 2 CRUSTÁCEOS, 3 HUEVOS, 4 PESCADO, 5 CACAHUETES, 6 SOJA, 7 LÁCTEOS, 8 FRUTO SECOS, 9 APIO, 10 MOSTAZA, 11 SÉSAMO, 12 MOLUSCO, 13 ALTRAMUCES, 14 SULFITOS

A: ALÉRGENOS
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. Fruta de temporada: manzana, pera, plátano, naranja y mandarina.

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) / R.A Col (MAD01638)

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

algadi educa

Alimentos frescos y equilibrados, alimentan nuestro cuerpo y mente para un futuro saludable.

we care

DESAYUNO SALUDABLE

Elige una opción de cada grupo:



LÁCTEO

Leche

Yogur

Queso

Cuajada

Requesón

***Bebidas vegetales**

***Bebidas sin lactosa**



CEREAL

Pan blanco

Pan integral

Cereales

Galletas

***Pan sin gluten**

***Cereales y galletas sin gluten**



FRUTA

Fruta entera

Zumo de frutas natural

Tomate fresco



OTROS

Aceite de oliva (2 veces/semana)

Mermelada casera o miel (2 veces/semana)

***Bollería casera sin alérgenos (1 vez/semana)**

***Recuerda adaptar siempre a tu alergia o intolerancia.**

CENA EQUILIBRADA

Elige la opción sin tu alérgeno:

SI HAS COMIDO...	PUEDES CENAR...
Cereales, legumbres ***opción sin alérgenos**	Verduras cocinadas Hortalizas crudas
Carne	Pescado o huevo
Huevo	Pescado o carne
Fruta / Lácteo **Lácteo sin lactosa Bebida vegetal**	Fruta / Lácteo **Lácteo sin lactosa Bebida vegetal**

¡Soy CRISP!
Crujiente, alegre y siempre lista para la aventura.
¿Sabías que los **cereales integrales** ayudan a llenar tu plato de **fibra y energía**?

SIN GLUTEN
COLABORADOR
Asociación de Celiacos y Sensibles al Gluten

MÁS VERDE

Aprovecha los beneficios de los **cereales integrales**: fibra, vitaminas y minerales.

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.

algadi we care

COLEGIO PADRE DEHON

SIN FRUTOS SECOS, CACAHUETE Y SÉSAMO NOVIEMBRE 2026

CONTROL BOCADO SEGURO ALÉRGENOS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 Crema parmentier de puerros y queso Lomo en salsa de manzana Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (7,14) 628 Kcal 21,5g Prot 31,8g Lip 57,5g Hc	**3** Patatas estofadas con verduras (j.verde y pimiento) Cordon bleu Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,1,7) 708 Kcal 18,5g Prot 36,2g Lip 73,6g Hc	**4** Sopa de ave con fideos integrales ECO Puchero Valenciano completo Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1,6,14) 836 Kcal 36,7g Prot 27,9g Lip 96,7g Hc	**5** Arroz hortelano (judía verde, calabacín y zanahoria) Limanda al horno Ensalada de lechuga y manzana Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4,14) 629 Kcal 27,7g Prot 17,5g Lip 86,3g Hc	**6** Alubias blancas estofadas (pimiento,zanahoria) Tortilla francesa con atún Patatas al ajillo Yogur natural Pan sin alérgenos (14,3,4,7) 649 Kcal 22,4g Prot 28,1g Lip 75,7g Hc
9 Coditos con salsa aurora Palometa al horno Ensalada de lechuga, tomate y queso Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1,7,4,14) 730 Kcal 30,3g Prot 22,2g Lip 94,9g Hc	**10** Lentejas con arroz integral Lomo de sajonia a la gallega Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,6) 673 Kcal 24,1g Prot 21,1g Lip 79,2g Hc	**11** Crema de calabacín Ragout de pollo en salsa de verduras Patatas fritas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,1) 603 Kcal 25,5g Prot 24,1g Lip 66,8g Hc	**12** Arroz a banda (calamar y merluza) Huevos a la jardinera Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4,12,3,14) 689 Kcal 21,7g Prot 26,3g Lip 88,2g Hc	**13** Garbanzos guisados Albóndigas en salsa de tomate (proteína vegetal) Salteado de verduritas Yogur natural Pan sin alérgenos (7,14,6) 856 Kcal 32,2g Prot 43,9g Lip 69,5g Hc
16 Crema de calabaza Hamburguesa de ternera casera a la plancha Patatas panadera Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 665 Kcal 18,1g Prot 33,1g Lip 71,4g Hc	**17** Sopa de fideos integrales ECO Puchero de garbanzos, verduras y pollo Zanahoria cocida Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1,14) 670 Kcal 28,1g Prot 12,5g Lip 95,6g Hc	**18** Arroz con salsa de tomate *Filete de pollo empanado casero Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 730 Kcal 26,4g Prot 23,1g Lip 96,2g Hc	**19** Espaguetis con salsa de queso Merluza al horno Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1,7,4,14) 660 Kcal 31,5g Prot 23g Lip 76,1g Hc	**20** Alubias pintas con verduras (zanahoria y pimiento) Tortilla de calabacín y patata Ensalada de lechuga con atún Yogur natural Pan sin alérgenos (14,3,4,7) 647 Kcal 29,4g Prot 27,9g Lip 79,1g Hc
23 Macarrones integrales pomodoro con orégano Pastel de pescado con verduras Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1,3,4,14) 650 Kcal 23,2g Prot 23,8g Lip 78,5g Hc	**24** Hervido valenciano Jamoncitos de pollo en salsa de verduras Patatas dado Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,1) 746 Kcal 54,7g Prot 29g Lip 60,4g Hc	**25** Lentejas estofadas con calabaza Tortilla de patata Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3,14) 675 Kcal 21g Prot 30g Lip 79,8g Hc	**26** JORNADA GASTRONÓMICA MEXICANA Arroz mexicano Fajita mariachi (proteína vegetal) Patatas chips Gelafresa Pan sin alérgenos (1,6) 836 Kcal 26,1g Prot 20,7g Lip 129,9g Hc	**27** Cazuelita de garbanzos Estofado de cerdo en salsa Jardinera de verduras Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 702 Kcal 35,9g Prot 26,8g Lip 69,7g Hc
30 Patatas estofadas con verduras (j.verde y pimiento) Abadejo a la andaluza Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,1,4) 584 Kcal 24,1g Prot 23,4g Lip 66,8g Hc				



1 GLUTEN, 2 CRUSTÁCEOS, 3 HUEVOS, 4 PESCADO, 5 CACAHUETES, 6 SOJA, 7 LÁCTEOS, 8 FRUTO SECOS, 9 APIO, 10 MOSTAZA, 11 SÉSAMO, 12 MOLUSCO, 13 ALTRAMUCES, 14 SULFITOS

A: ALÉRGENOS
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. Fruta de temporada: manzana, pera, plátano, naranja y mandarina.

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) / R.A Col (MAD01638)

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

algadi educa

Alimentos frescos y equilibrados, alimentan nuestro cuerpo y mente para un futuro saludable.

we care

DESAYUNO SALUDABLE

Elige una opción de cada grupo:



LÁCTEO

Leche

Yogur

Queso

Cuajada

Requesón

***Bebidas vegetales**

***Bebidas sin lactosa**



CEREAL

Pan blanco

Pan integral

Cereales

Galletas

***Pan sin gluten**

***Cereales y galletas sin gluten**



FRUTA

Fruta entera

Zumo de frutas natural

Tomate fresco



OTROS

Aceite de oliva (2 veces/semana)

Mermelada casera o miel (2 veces/semana)

***Bollería casera sin alérgenos (1 vez/semana)**

***Recuerda adaptar siempre a tu alergia o intolerancia.**

CENA EQUILIBRADA

Elige la opción sin tu alérgeno:

SI HAS COMIDO...	PUEDES CENAR...
Cereales, legumbres ***opción sin alérgenos**	Verduras cocinadas Hortalizas crudas
Carne	Pescado o huevo
Huevo	Pescado o carne
Fruta / Lácteo **Lácteo sin lactosa Bebida vegetal**	Fruta / Lácteo **Lácteo sin lactosa Bebida vegetal**

¡Soy CRISP!
Crujiente, alegre y siempre lista para la aventura.
¿Sabías que los **cereales integrales** ayudan a llenar tu plato de **fibra y energía**?

SIN GLUTEN
COLABORADOR
Asociación de Celiacos y Sensibles al Gluten

MÁS VERDE

Aprovecha los beneficios de los **cereales integrales**: fibra, vitaminas y minerales.

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.

algadi we care

COLEGIO PADRE DEHON

SIN GLUTEN NOVIEMBRE 2026

CONTROL BOCADO SEGURO ALÉRGENOS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 Crema parmentier de puerros y queso Lomo en salsa de manzana Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (7,14) 628 Kcal 21,5g Prot 31,8g Lip 57,5g Hc	**3** Patatas estofadas con verduras (j.verde y pimiento) *Contramuslo de pollo empanado casero Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 601 Kcal 24,6g Prot 23,5g Lip 67,2g Hc	**4** * Sopa de ave *Puchero Valenciano completo Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 779 Kcal 38,3g Prot 19,9g Lip 97,2g Hc	**5** Arroz hortelano (judía verde, calabacín y zanahoria) Limanda al horno Ensalada de lechuga y manzana Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4,14) 629 Kcal 27,7g Prot 17,5g Lip 86,3g Hc	**6** Alubias blancas estofadas (pimiento,zanahoria) Tortilla francesa con atún Patatas al ajillo Yogur natural Pan sin alérgenos (14,3,4,7) 649 Kcal 22,4g Prot 28,1g Lip 75,7g Hc
9 *Espirales con salsa de tomate Palometa al horno Ensalada de lechuga, tomate y queso Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4,7,14) 647 Kcal 22,2g Prot 14,6g Lip 55,7g Hc	**10** Lentejas con arroz integral Lomo de sajonia a la gallega Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,6) 673 Kcal 24,1g Prot 21,1g Lip 79,2g Hc	**11** Crema de calabacín *Ragout de pollo en salsa de verduras Patatas fritas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 603 Kcal 25,4g Prot 24,1g Lip 67g Hc	**12** Arroz a banda (calamar y merluza) Huevos a la jardinera Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4,12,3,14) 689 Kcal 21,7g Prot 26,3g Lip 88,2g Hc	**13** Garbanzos guisados Albóndigas en salsa de tomate (proteína vegetal) Salteado de verduritas Yogur natural Pan sin alérgenos (7,14,6) 770 Kcal 31,7g Prot 43,9g Lip 51,9g Hc
16 Crema de calabaza Hamburguesa mixta a la plancha Patatas panadera Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 663 Kcal 18g Prot 33,1g Lip 71,1g Hc	**17** * Sopa de ave con fideos Puchero de garbanzos, verduras y pollo Zanahoria cocida Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 654 Kcal 30,5g Prot 9,9g Lip 93,7g Hc	**18** Arroz con salsa de tomate *Filete de pollo empanado casero Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 730 Kcal 26,4g Prot 23,1g Lip 96,2g Hc	**19** *Espaguetis con salsa de queso Merluza al horno Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (7,4,14) 566 Kcal 26,4g Prot 22,1g Lip 60,4g Hc	**20** Alubias pintas con verduras (zanahoria y pimiento) Tortilla de calabacín y patata Ensalada de lechuga con atún Yogur natural Pan sin alérgenos (14,3,4,7) 647 Kcal 29,4g Prot 27,9g Lip 79,1g Hc
23 *Macarrones con tomate Pastel de pescado con verduras Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3,4,14) 652 Kcal 18,1g Prot 22,9g Lip 64,4g Hc	**24** Hervido valenciano *Jamoncitos de pollo en salsa Patatas dado Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 730 Kcal 54,6g Prot 26,1g Lip 63,3g Hc	**25** Lentejas estofadas con calabaza Tortilla de patata Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3,14) 675 Kcal 21g Prot 30g Lip 79,8g Hc	**26** JORNADA GASTRONÓMICA MEXICANA Arroz mexicano Boloñesa con verduras (proteína vegetal) Patatas chips Gelafresa Pan sin alérgenos 688 Kcal 22,9g Prot 16,8g Lip 105,6g Hc	**27** Cazuelita de garbanzos Estofado de cerdo en salsa Jardinera de verduras Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 702 Kcal 35,9g Prot 26,8g Lip 69,7g Hc
30 Patatas estofadas con verduras (j.verde y pimiento) * Abadejo a la andaluza Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,4) 588 Kcal 23,1g Prot 23,3g Lip 67,2g Hc				

1 GLUTEN · 2 CRUSTÁCEOS · 3 HUEVOS · 4 PESCADO · 5 CACAHUETES · 6 SOJA · 7 LÁCTEOS · 8 FRUTO SECOS · 9 APIO · 10 MOSTAZA · 11 SÉSAMO · 12 MOLUSCO · 13 ALTRAMUCES · 14 SULFITOS

A: ALÉRGENOS
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. Fruta de temporada: manzana, pera, plátano, naranja y mandarina.

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) / R.A Col (MAD01638)

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

algadi educa

Alimentos frescos y equilibrados, alimentan nuestro cuerpo y mente para un futuro saludable.

we care

DESAYUNO SALUDABLE

Elige una opción de cada grupo:



LÁCTEO

Leche

Yogur

Queso

Cuajada

Requesón

***Bebidas vegetales**

***Bebidas sin lactosa**



CEREAL

Pan blanco

Pan integral

Cereales

Galletas

***Pan sin gluten**

***Cereales y galletas sin gluten**



FRUTA

Fruta entera

Zumo de frutas natural

Tomate fresco



OTROS

Aceite de oliva (2 veces/semana)

Mermelada casera o miel (2 veces/semana)

***Bollería casera sin alérgenos (1 vez/semana)**

***Recuerda adaptar siempre a tu alergia o intolerancia.**

CENA EQUILIBRADA

Elige la opción sin tu alérgeno:

SI HAS COMIDO...	PUEDES CENAR...
Cereales, legumbres ***opción sin alérgenos**	Verduras cocinadas Hortalizas crudas
Carne	Pescado o huevo
Huevo	Pescado o carne
Fruta / Lácteo **Lácteo sin lactosa Bebida vegetal**	Fruta / Lácteo **Lácteo sin lactosa Bebida vegetal**

¡Soy CRISP!
Crujiente, alegre y siempre lista para la aventura.
¿Sabías que los **cereales integrales** ayudan a llenar tu plato de **fibra y energía**?

SIN GLUTEN
COLABORADOR
Asociación de Celiacos y Sensibles al Gluten

MÁS VERDE

Aprovecha los beneficios de los **cereales integrales**: fibra, vitaminas y minerales.

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.

algadi we care

COLEGIO PADRE DEHON

SIN HUEVO NOVIEMBRE 2026

CONTROL BOCADO SEGURO ALÉRGENOS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 Crema parmentier de puerros y queso Lomo en salsa de manzana Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (7,14) 628 Kcal 21,5g Prot 31,8g Lip 57,5g Hc	**3** Patatas estofadas con verduras (j.verde y pimiento) Cordon bleu Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,1,7) 708 Kcal 18,5g Prot 36,2g Lip 73,6g Hc	**4** * Sopa de ave *Puchero Valenciano completo Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 779 Kcal 38,3g Prot 19,9g Lip 97,2g Hc	**5** Arroz hortelano (judía verde, calabacín y zanahoria) Limanda al horno Ensalada de lechuga y manzana Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4,14) 629 Kcal 27,7g Prot 17,5g Lip 86,3g Hc	**6** Alubias blancas estofadas (pimiento,zanahoria) Filete de pollo a la plancha Patatas al ajillo Yogur natural Pan sin alérgenos (14,7) 646 Kcal 38,4g Prot 21,6g Lip 71,5g Hc
9 *Espirales con salsa de tomate Palometa al horno Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4,14) 627 Kcal 20,8g Prot 13,1g Lip 55,6g Hc	**10** Lentejas con arroz integral Lomo de sajonia a la gallega Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,6) 673 Kcal 24,1g Prot 21,1g Lip 79,2g Hc	**11** Crema de calabacín Ragout de pollo en salsa de verduras Patatas fritas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,1) 603 Kcal 25,5g Prot 24,1g Lip 66,8g Hc	**12** Arroz a banda (calamar y merluza) Pavo en salsa Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4,12,14) 738 Kcal 33,3g Prot 26,9g Lip 86,3g Hc	**13** Garbanzos guisados Albóndigas en salsa de tomate (proteína vegetal) Salteado de verduritas Yogur natural Pan sin alérgenos (7,14,6) 856 Kcal 32,2g Prot 43,9g Lip 69,5g Hc
16 Crema de calabaza Hamburguesa mixta a la plancha Patatas panadera Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 663 Kcal 18g Prot 33,1g Lip 71,1g Hc	**17** * Sopa de ave con fideos Puchero de garbanzos, verduras y pollo Zanahoria cocida Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 654 Kcal 30,5g Prot 9,9g Lip 93,7g Hc	**18** Arroz con salsa de tomate *Filete de pollo empanado casero Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 730 Kcal 26,4g Prot 23,1g Lip 96,2g Hc	**19** *Espaguetis con salsa de queso Merluza al horno Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (7,4,14) 566 Kcal 26,4g Prot 22,1g Lip 60,4g Hc	**20** Alubias pintas con verduras (zanahoria y pimiento) Filete de cerdo en salsa Ensalada de lechuga con atún Yogur natural Pan sin alérgenos (14,4,7) 643 Kcal 40,4g Prot 27,7g Lip 65g Hc
23 *Macarrones con tomate Abadejo al horno Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4,14) 636 Kcal 22,3g Prot 20,1g Lip 63,2g Hc	**24** Hervido valenciano Jamoncitos de pollo en salsa de verduras Patatas dado Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,1) 746 Kcal 54,7g Prot 29g Lip 60,4g Hc	**25** Lentejas estofadas con calabaza *Merluza al limón Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4,14) 632 Kcal 29,7g Prot 18,5g Lip 72,6g Hc	**26** JORNADA GASTRONÓMICA MEXICANA Arroz mexicano Boloñesa con verduras (proteína vegetal) Patatas chips Gelafresa Pan sin alérgenos 688 Kcal 22,9g Prot 16,8g Lip 105,6g Hc	**27** Cazuelita de garbanzos con champiñón y comino Estofado de cerdo en salsa Jardinera de verduras Fruta de temporada Pan sin alérgenos 697 Kcal 36,2g Prot 27,1g Lip 66,4g Hc
30 Patatas estofadas con verduras (j.verde y pimiento) Abadejo a la andaluza Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,1,4) 584 Kcal 24,1g Prot 23,4g Lip 66,8g Hc				



1 GLUTEN, 2 CRUSTÁCEOS, 3 HUEVOS, 4 PESCADO, 5 CACAHUETES, 6 SOJA, 7 LÁCTEOS, 8 FRUTO SECOS, 9 APIO, 10 MOSTAZA, 11 SÉSAMO, 12 MOLUSCO, 13 ALTRAMUCES, 14 SULFITOS

A: ALÉRGENOS
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. Fruta de temporada: manzana, pera, plátano, naranja y mandarina.

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) / R.A Col (MAD01638)

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

algadi educa

Alimentos frescos y equilibrados, alimentan nuestro cuerpo y mente para un futuro saludable.

we care

DESAYUNO SALUDABLE

Elige una opción de cada grupo:



LÁCTEO

Leche

Yogur

Queso

Cuajada

Requesón

***Bebidas vegetales**

***Bebidas sin lactosa**



CEREAL

Pan blanco

Pan integral

Cereales

Galletas

***Pan sin gluten**

***Cereales y galletas sin gluten**



FRUTA

Fruta entera

Zumo de frutas natural

Tomate fresco



OTROS

Aceite de oliva (2 veces/semana)

Mermelada casera o miel (2 veces/semana)

***Bollería casera sin alérgenos (1 vez/semana)**

***Recuerda adaptar siempre a tu alergia o intolerancia.**

CENA EQUILIBRADA

Elige la opción sin tu alérgeno:

SI HAS COMIDO...	PUEDES CENAR...
Cereales, legumbres ***opción sin alérgenos**	Verduras cocinadas Hortalizas crudas
Carne	Pescado o huevo
Huevo	Pescado o carne
Fruta / Lácteo **Lácteo sin lactosa Bebida vegetal**	Fruta / Lácteo **Lácteo sin lactosa Bebida vegetal**

¡Soy CRISP!
Crujiente, alegre y siempre lista para la aventura.
¿Sabías que los **cereales integrales** ayudan a llenar tu plato de **fibra y energía**?

SIN GLUTEN
COLABORADOR
Asociación de Celiacos y Sensibles al Gluten

MÁS VERDE

Aprovecha los beneficios de los **cereales integrales**: fibra, vitaminas y minerales.

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.

algadi we care

COLEGIO PADRE DEHON

SIN LECHE NOVIEMBRE 2026

BOCADO SEGURO CONTROL ALÉRGENOS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 Crema de puerro Lomo en salsa de manzana Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan (14,1) 610 Kcal 22,5g Prot 31,2g Lip 57,1g Hc	**3** Patatas estofadas con verduras (j.verde y pimiento) *Contramuslo de pollo empanado casero Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan (14,1) 598 Kcal 26,7g Prot 23,9g Lip 67,2g Hc	**4** * Sopa de ave *Puchero Valenciano completo Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan (14,1) 717 Kcal 40,2g Prot 20,3g Lip 85g Hc	**5** Arroz hortelano (judía verde, calabacín y zanahoria) Limanda al horno Ensalada de lechuga y manzana Fruta de temporada Pan (4,14,1) 626 Kcal 29,8g Prot 17,9g Lip 86,3g Hc	**6** Alubias blancas estofadas (pimiento,zanahoria) Tortilla francesa con atún Patatas al ajillo Fruta de temporada Pan (14,3,4,1) 629 Kcal 20,3g Prot 24,2g Lip 85,7g Hc
9 Coditos con tomate Palometa al horno Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan (1,4,14) 608 Kcal 29g Prot 19,4g Lip 77,9g Hc	**10** Lentejas con arroz integral Lomo de sajonia a la gallega Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan (14,6,1) 670 Kcal 26,2g Prot 21,5g Lip 79,2g Hc	**11** Crema de calabacín Ragout de pollo en salsa de verduras Patatas fritas Fruta de temporada Pan (14,1) 600 Kcal 27,6g Prot 24,5g Lip 66,8g Hc	**12** Arroz a banda (calamar y merluza) Huevos a la jardinera Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta de temporada Pan (4,12,3,14,1) 686 Kcal 23,8g Prot 26,7g Lip 88,2g Hc	**13** Garbanzos con verduras Albóndigas en salsa de tomate (proteína vegetal) Salteado de verduritas Fruta de temporada Pan (14,6,1) 734 Kcal 26,3g Prot 29,8g Lip 80,7g Hc
16 Crema de calabaza Hamburguesa de ternera casera a la plancha Patatas panadera Fruta de temporada Pan (14,1) 662 Kcal 20,2g Prot 33,5g Lip 71,4g Hc	**17** Sopa de fideos integrales ECO Puchero de garbanzos, verduras y pollo Zanahoria cocida Fruta de temporada Pan (1,14) 608 Kcal 29,9g Prot 12,8g Lip 83,4g Hc	**18** Arroz con salsa de tomate *Filete de pollo empanado casero Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan (14,1) 727 Kcal 28,5g Prot 23,5g Lip 96,2g Hc	**19** Espaguetis al ajillo Merluza al horno Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada Pan (1,4,14) 583 Kcal 26,7g Prot 18,9g Lip 74,8g Hc	**20** Alubias pintas con verduras (zanahoria y pimiento) Tortilla de calabacín y patata Ensalada de lechuga con atún Fruta de temporada Pan (14,3,4,1) 626 Kcal 27,4g Prot 23,9g Lip 89,1g Hc
23 Macarrones integrales pomodoro con orégano Pastel de pescado con verduras Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan (1,3,4,14) 647 Kcal 25,3g Prot 24,2g Lip 78,5g Hc	**24** Hervido valenciano Jamoncitos de pollo en salsa de verduras Patatas dado Fruta de temporada Pan (14,1) 743 Kcal 56,8g Prot 29,4g Lip 60,4g Hc	**25** Lentejas estofadas con calabaza Tortilla de patata Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan (3,14,1) 672 Kcal 23,1g Prot 30,3g Lip 79,8g Hc	**26** JORNADA GASTRONÓMICA MEXICANA Arroz mexicano Boloñesa con verduras (proteína vegetal) Patatas chips Fruta de temporada Pan 628 Kcal 24,3g Prot 17,1g Lip 91,6g Hc	**27** Cazuelita de garbanzos con champiñón y comino Estofado de cerdo en salsa Jardinera de verduras Fruta de temporada Pan (1) 694 Kcal 38,3g Prot 27,5g Lip 66,4g Hc
30 Patatas estofadas con verduras (j.verde y pimiento) Abadejo a la andaluza Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan (14,1,4) 581 Kcal 26,2g Prot 23,7g Lip 66,8g Hc				

1 GLUTEN · 2 CRUSTÁCEOS · 3 HUEVOS · 4 PESCADO · 5 CACAHUETES · 6 SOJA · 7 LÁCTEOS · 8 FRUTO SECOS · 9 APIO · 10 MOSTAZA · 11 SÉSAMO · 12 MOLUSCO · 13 ALTRAMUCES · 14 SULFITOS

A: ALÉRGENOS
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. Fruta de temporada: manzana, pera, plátano, naranja y mandarina.

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) / R.A Col (MAD01638)

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

algadi educa

Alimentos frescos y equilibrados, alimentan nuestro cuerpo y mente para un futuro saludable.

we care

DESAYUNO SALUDABLE

Elige una opción de cada grupo:



LÁCTEO

Leche

Yogur

Queso

Cuajada

Requesón

***Bebidas vegetales**

***Bebidas sin lactosa**



CEREAL

Pan blanco

Pan integral

Cereales

Galletas

***Pan sin gluten**

***Cereales y galletas sin gluten**



FRUTA

Fruta entera

Zumo de frutas natural

Tomate fresco



OTROS

Aceite de oliva (2 veces/semana)

Mermelada casera o miel (2 veces/semana)

***Bollería casera sin alérgenos (1 vez/semana)**

***Recuerda adaptar siempre a tu alergia o intolerancia.**

CENA EQUILIBRADA

Elige la opción sin tu alérgeno:

SI HAS COMIDO...	PUEDES CENAR...
Cereales, legumbres ***opción sin alérgenos**	Verduras cocinadas Hortalizas crudas
Carne	Pescado o huevo
Huevo	Pescado o carne
Fruta / Lácteo **Lácteo sin lactosa Bebida vegetal**	Fruta / Lácteo **Lácteo sin lactosa Bebida vegetal**

¡Soy CRISP!
Crujiente, alegre y siempre lista para la aventura.
¿Sabías que los **cereales integrales** ayudan a llenar tu plato de **fibra y energía**?

SIN GLUTEN
COLABORADOR
Asociación de Celiacos y Sensibles al Gluten

MÁS VERDE

Aprovecha los beneficios de los **cereales integrales**: fibra, vitaminas y minerales.

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.

algadi we care

COLEGIO PADRE DEHON

SIN LEGUMBRE NOVIEMBRE 2026

CONTROL BOCADO SEGURO ALÉRGENOS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 Crema parmentier de puerros y queso Lomo en salsa de manzana Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (7,14) 625 Kcal 21,6g Prot 31,7g Lip 57,6g Hc	**3** Patatas estofadas con verduras *Contramuslo de pollo empanado casero Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 600 Kcal 24,5g Prot 23,5g Lip 67g Hc	**4** * Sopa de ave con fideos Pollo cocido Repollo rehogado Fruta de temporada Pan sin alérgenos 526 Kcal 36,2g Prot 15,4g Lip 51,9g Hc	**5** Arroz con verduras Limanda al horno Ensalada de lechuga y manzana Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4,14) 602 Kcal 27,6g Prot 14,5g Lip 86,3g Hc	**6** *Macarrones con champiñón Tortilla francesa con atún Patatas al ajillo Yogur natural Pan sin alérgenos (3,4,14,7) 798 Kcal 14,6g Prot 25,1g Lip 79,9g Hc
9 *Espirales con salsa de tomate Palometa al horno Ensalada de lechuga, tomate y queso Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4,7,14) 647 Kcal 22,2g Prot 14,6g Lip 55,7g Hc	**10** Arroz integral con zanahoria y calabacín Cinta de lomo a la gallega Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 754 Kcal 26,2g Prot 32,4g Lip 78,1g Hc	**11** Crema de calabacín Ragout de pollo en salsa de verduras Patatas fritas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,1) 603 Kcal 25,5g Prot 24,1g Lip 66,8g Hc	**12** Arroz a banda (calamar y merluza) Huevos a la jardinera Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4,12,3,14) 748 Kcal 21,9g Prot 26,3g Lip 100,4g Hc	**13** Guiso de patatas con verduras *Albóndigas de ternera caseras en salsa Salteado de verduritas Yogur natural Pan sin alérgenos (14,7) 631 Kcal 22,4g Prot 32,7g Lip 56g Hc
16 Crema de calabaza Hamburguesa de ternera casera a la plancha Patatas panadera Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 665 Kcal 18,1g Prot 33,1g Lip 71,4g Hc	**17** * Sopa de ave con fideos Pollo cocido Zanahoria cocida Fruta de temporada Pan sin alérgenos 664 Kcal 36,4g Prot 13,2g Lip 83g Hc	**18** Arroz con salsa de tomate *Filete de pollo empanado casero Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 730 Kcal 26,4g Prot 23,1g Lip 96,2g Hc	**19** *Espaguetis con salsa de queso Merluza al horno Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (7,4,14) 566 Kcal 26,4g Prot 22,1g Lip 60,4g Hc	**20** Crema de verduras (calabacín,acelga y zanahoria) Tortilla de calabacín y patata Ensalada de lechuga con atún Yogur natural Pan sin alérgenos (14,3,4,7) 640 Kcal 18,7g Prot 27,3g Lip 73,4g Hc
23 *Macarrones con tomate Pastel de pescado con verduras Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3,4,14) 652 Kcal 18,1g Prot 22,9g Lip 64,4g Hc	**24** Verduras variadas rehogadas Jamoncitos de pollo en salsa de verduras Patatas dado Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,1) 776 Kcal 55,8g Prot 29,5g Lip 64g Hc	**25** Pisto de verduras Tortilla de patata Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3,14) 651 Kcal 10,7g Prot 26,5g Lip 91,6g Hc	**26** JORNADA GASTRONÓMICA MEXICANA Arroz mexicano Boloñesa de pollo con verduras Patatas chips Gelafresa Pan sin alérgenos 740 Kcal 25,2g Prot 25,5g Lip 96,4g Hc	**27** Patatas estofadas con verduras Estofado de cerdo en salsa Calabacín salteado Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 641 Kcal 28g Prot 23,3g Lip 73,7g Hc
30 Patatas estofadas con verduras Abadejo a la andaluza Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,1,4) 582 Kcal 24g Prot 23,4g Lip 66,5g Hc				



1 GLUTEN · 2 CRUSTÁCEOS · 3 HUEVOS · 4 PESCADO · 5 CACAHUETES · 6 SOJA · 7 LÁCTEOS · 8 FRUTO SECOS · 9 APIO · 10 MOSTAZA · 11 SÉSAMO · 12 MOLUSCO · 13 ALTRAMUCES · 14 SULFITOS

A: ALÉRGENOS
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. Fruta de temporada: manzana, pera, plátano, naranja y mandarina.

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) / R.A Col (MAD01638)

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

algadi educa

Alimentos frescos y equilibrados, alimentan nuestro cuerpo y mente para un futuro saludable.

we care

DESAYUNO SALUDABLE

Elige una opción de cada grupo:



LÁCTEO

Leche

Yogur

Queso

Cuajada

Requesón

***Bebidas vegetales**

***Bebidas sin lactosa**



CEREAL

Pan blanco

Pan integral

Cereales

Galletas

***Pan sin gluten**

***Cereales y galletas sin gluten**



FRUTA

Fruta entera

Zumo de frutas natural

Tomate fresco



OTROS

Aceite de oliva (2 veces/semana)

Mermelada casera o miel (2 veces/semana)

***Bollería casera sin alérgenos (1 vez/semana)**

***Recuerda adaptar siempre a tu alergia o intolerancia.**

CENA EQUILIBRADA

Elige la opción sin tu alérgeno:

SI HAS COMIDO...	PUEDES CENAR...
Cereales, legumbres ***opción sin alérgenos**	Verduras cocinadas Hortalizas crudas
Carne	Pescado o huevo
Huevo	Pescado o carne
Fruta / Lácteo **Lácteo sin lactosa Bebida vegetal**	Fruta / Lácteo **Lácteo sin lactosa Bebida vegetal**

¡Soy CRISP!
Crujiente, alegre y siempre lista para la aventura.
¿Sabías que los **cereales integrales** ayudan a llenar tu plato de **fibra y energía**?

SIN GLUTEN
COLABORADOR
Asociación de Celiacos y Sensibles al Gluten

MÁS VERDE

Aprovecha los beneficios de los **cereales integrales**: fibra, vitaminas y minerales.

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.

algadi we care

COLEGIO PADRE DEHON

SIN PESCADO, CRUSTÁCEOS Y MOLUSCOS NOVIEMBRE 2026

CONTROL BOCADO SEGURO ALÉRGENOS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 Crema parmentier de puerros y queso Lomo en salsa de manzana Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan (7,14,1) 625 Kcal 23,6g Prot 32,1g Lip 57,4g Hc	**3** Patatas estofadas con verduras (j.verde y pimiento) Cordon bleu Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan integral (14,1,7,6,10,11) 697 Kcal 21,3g Prot 37g Lip 68,4g Hc	**4** Sopa de ave con fideos integrales ECO Puchero Valenciano completo Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan (1,6,14) 774 Kcal 38,5g Prot 28,2g Lip 84,5g Hc	**5** Arroz hortelano (judía verde, calabacín y zanahoria) Pavo en salsa Ensalada de lechuga y manzana Fruta de temporada Pan (14,1) 724 Kcal 32,6g Prot 26,9g Lip 87,4g Hc	**6** Alubias blancas estofadas (pimiento,zanahoria) Tortilla francesa Patatas al ajillo Yogur natural Pan integral (14,3,7,1,6,10,11) 684 Kcal 27,9g Prot 28,4g Lip 80,5g Hc
9 Coditos con salsa aurora Tortilla francesa Ensalada de lechuga, tomate y queso Fruta de temporada Pan (1,7,3,14) 736 Kcal 20,5g Prot 28,9g Lip 96,7g Hc	**10** Lentejas con arroz integral Lomo de sajonia a la gallega Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan integral (14,6,1,10,11) 661 Kcal 26,9g Prot 22g Lip 74g Hc	**11** Crema de calabacín Ragout de pollo en salsa de verduras Patatas fritas Fruta de temporada Pan (14,1) 600 Kcal 27,6g Prot 24,5g Lip 66,8g Hc	**12** Arroz con verduras Huevos a la jardinera Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta de temporada Pan (3,14,1) 648 Kcal 20,9g Prot 23,4g Lip 88,4g Hc	**13** Garbanzos guisados Albóndigas en salsa de tomate (proteína vegetal) Salteado de verduritas Yogur natural Pan integral (7,14,6,1,10,11) 773 Kcal 32g Prot 44g Lip 52,3g Hc
16 Crema de calabaza Hamburguesa mixta a la plancha Patatas panadera Fruta de temporada Pan (14,1) 661 Kcal 20,1g Prot 33,5g Lip 71,1g Hc	**17** Sopa de fideos integrales ECO Puchero de garbanzos, verduras y pollo Zanahoria cocida Fruta de temporada Pan integral (1,14,6,10,11) 619 Kcal 31,5g Prot 13,6g Lip 81,6g Hc	**18** Arroz con salsa de tomate Filete de pollo empanado casero Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan (1,3,14) 727 Kcal 29,9g Prot 24g Lip 93,8g Hc	**19** Espaguetis con salsa de queso Pavo en salsa Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada Pan (1,7,14) 764 Kcal 41,7g Prot 31,9g Lip 77,2g Hc	**20** Alubias pintas con verduras (zanahoria y pimiento) Tortilla de calabacín y patata Ensalada de lechuga Yogur natural Pan integral (14,3,7,1,6,10,11) 646 Kcal 30,1g Prot 30,7g Lip 74,1g Hc
23 Macarrones integrales pomodoro con orégano Revuelto de pavo Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan (1,3,14) 615 Kcal 20g Prot 23,2g Lip 78,6g Hc	**24** Hervido valenciano Jamoncitos de pollo en salsa de verduras Patatas dado Fruta de temporada Pan integral (14,1,6,10,11) 724 Kcal 57,1g Prot 29,8g Lip 53,5g Hc	**25** Lentejas estofadas con calabaza Tortilla de patata Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan (3,14,1) 672 Kcal 23,1g Prot 30,3g Lip 79,8g Hc	**26** JORNADA GASTRONÓMICA MEXICANA Arroz mexicano Fajita mariachi (proteína vegetal) Nachos rancheros Gelafresa Pan (1,6) 771 Kcal 26,6g Prot 18,6g Lip 121,2g Hc	**27** Cazuelita de garbanzos con champiñón y comino Estofado de cerdo en salsa Jardinera de verduras Fruta de temporada Pan integral (1,6,10,11) 685 Kcal 39g Prot 28g Lip 61,2g Hc
30 Patatas estofadas con verduras (j.verde y pimiento) Cinta de lomo fresca a la plancha Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan (14,1) 618 Kcal 22,6g Prot 32,6g Lip 58,6g Hc				



1 GLUTEN · 2 CRUSTÁCEOS · 3 HUEVOS · 4 PESCADO · 5 CACAHUETES · 6 SOJA · 7 LÁCTEOS · 8 FRUTO SECOS · 9 APIO · 10 MOSTAZA · 11 SÉSAMO · 12 MOLUSCO · 13 ALTRAMUCES · 14 SULFITOS

A: ALÉRGENOS
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. Fruta de temporada: manzana, pera, plátano, naranja y mandarina.

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) / R.A Col (MAD01638)

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

algadi educa

Alimentos frescos y equilibrados, alimentan nuestro cuerpo y mente para un futuro saludable.

we care

DESAYUNO SALUDABLE

Elige una opción de cada grupo:



LÁCTEO

Leche

Yogur

Queso

Cuajada

Requesón

***Bebidas vegetales**

***Bebidas sin lactosa**



CEREAL

Pan blanco

Pan integral

Cereales

Galletas

***Pan sin gluten**

***Cereales y galletas sin gluten**



FRUTA

Fruta entera

Zumo de frutas natural

Tomate fresco



OTROS

Aceite de oliva (2 veces/semana)

Mermelada casera o miel (2 veces/semana)

***Bollería casera sin alérgenos (1 vez/semana)**

***Recuerda adaptar siempre a tu alergia o intolerancia.**

CENA EQUILIBRADA

Elige la opción sin tu alérgeno:

SI HAS COMIDO...	PUEDES CENAR...
Cereales, legumbres ***opción sin alérgenos**	Verduras cocinadas Hortalizas crudas
Carne	Pescado o huevo
Huevo	Pescado o carne
Fruta / Lácteo **Lácteo sin lactosa Bebida vegetal**	Fruta / Lácteo **Lácteo sin lactosa Bebida vegetal**

¡Soy CRISP!
Crujiente, alegre y siempre lista para la aventura.
¿Sabías que los **cereales integrales** ayudan a llenar tu plato de **fibra y energía**?

SIN GLUTEN
COLABORADOR
Asociación de Celiacos y Sensibles al Gluten

MÁS VERDE

Aprovecha los beneficios de los **cereales integrales**: fibra, vitaminas y minerales.

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.

UN VIAJE POR

México

Y SUS PLATOS

algadi we care



Jueves, 26 de noviembre

Arroz Mexicano

Fajita mariachi

Nachos rancheros

Gelafresa



