



algadi^p



CELEBRAMOS EL PRIMER ANIVERSARIO
DE LA ELECCIÓN DE SU SANTIDAD

PAPA LEÓN XIV



8 de Mayo de 2026

ENSALADA CESAR

LOMO EN SALSA DE MANZANA
CON GUISANTES SALTEADOS

POSTRE ESPECIAL

Nuestro Papa pertenece a la Orden de San Agustín
que se caracteriza por su labor misionera, la
búsqueda de la comunidad y la enseñanza

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES 1	SÁBADO 2	DOMINGO 3
COMIDA						
				Ensalada tropical con salsa rosa 213 Kcal 2.7g Prot 17.3g Lip 11.2g Hc 2,3,4,6	Patatas a la importancia 254 Kcal 8.6g Prot 6.1g Lip 38.9g Hc 1,3	Arroz negro 403 Kcal 15.1g Prot 5.8g Lip 70.9g Hc 12
				Lasaña de carne 335 Kcal 14.6g Prot 10.8g Lip 41.2g Hc 1,6,7,9	Trasero de pollo asado 322 Kcal 48.8g Prot 13.5g Lip 0.5g Hc	Filetes rusos de ternera 449 Kcal 32.2g Prot 23.2g Lip 28.0g Hc 1,3,7
				Champiñón salteado 71 Kcal 3.1g Prot 4.8g Lip 0.9g Hc	Verduras a la plancha 53 Kcal 0.9g Prot 4.2g Lip 2.7g Hc	Jardinera de verduras 81 Kcal 2.3g Prot 4.4g Lip 6.0g Hc
				Natillas de chocolate 122 Kcal 3.2g Prot 3.2g Lip 20.2g Hc 7	Tarrina de helado 850 Kcal 120.0g Prot 30.0g Lip 120.0g Hc 6,7	Flan de vainilla 106 Kcal 2.7g Prot 1.8g Lip 19.7g Hc 7
Pan 1	Pan 1	Pan 1	Pan 1	Pan 1	Pan 1	Pan 1
CENA						
				Sopa de ave con fideos 197 Kcal 10.4g Prot 9.7g Lip 15.2g Hc (1,3)	Sopa cubierta 119 Kcal 5.5g Prot 3.9g Lip 14.7g Hc (1)	Judías verdes a la vinagreta 116 Kcal 4.9g Prot 5.2g Lip 10.1g Hc (14)
				Tortilla de patata 256 Kcal 10.4g Prot 15.9g Lip 13.2g Hc (3,14)	Fajitas de jamón y queso 313 Kcal 12.0g Prot 18.9g Lip 23.7g Hc (1,3,6,7)	Merluza al limón 174 Kcal 30.2g Prot 5.4g Lip 1.0g Hc (4)
				Ensalada mixta de atún y huevo 73 Kcal 2.8g Prot 6.0g Lip 1.6g Hc (3,4,14)	Nachos 144 Kcal 1.9g Prot 6.0g Lip 20.1g Hc	Puré de patatas 127 Kcal 3.0g Prot 6.3g Lip 14.1g Hc (6,7)
				Fruta de temporada 62 Kcal 0.8g Prot 0.2g Lip 13.5g Hc	Fruta de temporada 84 Kcal 1.1g Prot 0.2g Lip 19.2g Hc	Fruta de temporada 62 Kcal 0.8g Prot 0.2g Lip 13.5g Hc
Pan 1	Pan 1	Pan 1	Pan 1	Pan 1	Pan 1	Pan 1



Menú elaborado por el Dpto. de Nutrición y Dietética de Algadi, 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. 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 91547 46 46 c/Oquendo, 23, 4ª planta 28006 Madrid. M. L (Dietista T.S N°2816 / H. C (Nutricionista/ Dietista), Cot:CYL00366/ R.N (Dietista)

LUNES4	MARTES 5	MIÉRCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8	SÁBADO 9	DOMINGO 10
COMIDA						
Macarrones integrales con salsa de tomate 272 Kcal 7.0g Prot 7.9g Lip 40.7g Hc 1	Alubias blancas hortelana 305 Kcal 17.7g Prot 3.6g Lip 53.9g Hc 1,14	Crema de zanahoria ECO 135 Kcal 2.7g Prot 5.1g Lip 18.0g Hc 14	Arroz murciano 377 Kcal 7.3g Prot 4.7g Lip 71.1g Hc	Ensalada César 194 Kcal 10.3g Prot 38.4g Lip 11.1g Hc 1,3,6,7,10	Tallarines pomodoro 377 Kcal 12.7g Prot 8.2g Lip 61.4g Hc 1,7	Paella mixta 439 Kcal 18.8g Prot 7.8g Lip 70.1g Hc 2,4,12,14
Boquerones a la andaluza 278 Kcal 14.0g Prot 18.7g Lip 14.1g Hc 1,3,4	Tortilla francesa 191 Kcal 6.5g Prot 12.1g Lip 14.2g Hc 3	Hamburguesa de pollo en salsa 178 Kcal 15.2g Prot 10.6g Lip 4.8g Hc 6,14	Merluza al limón 174 Kcal 30.2g Prot 5.4g Lip 1.0g Hc 4	Lomo en salsa de manzana 185 Kcal 15.1g Prot 12.3g Lip 3.4g Hc	Pollo asado en su jugo 437 Kcal 68.4g Prot 16.9g Lip 1.0g Hc	Filetes rusos mixtos fritos en salsa 379 Kcal 20.6g Prot 30.2g Lip 6.4g Hc 1,3
Ensalada de lechuga y maíz 76 Kcal 1.0g Prot 5.9g Lip 1.1g Hc 14	Ensalada de lechuga y tomate 62 Kcal 1.1g Prot 5.4g Lip 1.6g Hc 14	Patatas asadas al horno 94 Kcal 1.9g Prot 4.1g Lip 11.8g Hc	Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria 19 Kcal 0.9g Prot 0.3g Lip 2.3g Hc 14	Guisantes salteados 83 Kcal 3.0g Prot 5.3g Lip 5.0g Hc	Verduras a la plancha 53 Kcal 0.9g Prot 4.2g Lip 2.7g Hc	Jardinera de verduras 81 Kcal 2.3g Prot 4.4g Lip 6.0g Hc
Fruta de temporada 61 Kcal 0.6g Prot 0.2g Lip 13.5g Hc	Fruta de temporada 61 Kcal 0.6g Prot 0.2g Lip 13.5g Hc	Fruta de temporada 61 Kcal 0.6g Prot 0.2g Lip 13.5g Hc	Fruta de temporada 61 Kcal 0.6g Prot 0.2g Lip 13.5g Hc	Tarrina de chocolate y vainilla 114 Kcal 2.0g Prot 3.9g Lip 17.5g Hc 7	Yogur sabor 101 Kcal 3.7g Prot 2.3g Lip 15.4g Hc 7	Tarrina de nata y fresa s/g 51 Kcal 0.6g Prot 2.0g Lip 7.5g Hc 7
Pan 1	Pan 1	Pan 1	Pan 1	Pan 1	Pan 1	Pan 1
CENA						
Crema de verduras 158 Kcal 3.9g Prot 5.4g Lip 20.5g Hc	Arroz tres delicias 406 Kcal 11.7g Prot 7.3g Lip 71.5g Hc 704 Kcal 28,3g Prot 21,7g Lip 101,1g Hc (3,6)	Ensalada de pasta tricolor 442 Kcal 16.4g Prot 15.0g Lip 59.4g Hc (1,3,4,6,7,14)	Sopa de picadillo con huevo 190 Kcal 14.7g Prot 8.0g Lip 14.8g Hc (1,3)	Vichyssoise 173 Kcal 3.7g Prot 8.7g Lip 18.1g Hc (7)	Judías verdes con jamón 140 Kcal 6.3g Prot 6.5g Lip 11.3g Hc	Gazpacho andaluz 135 Kcal 3.3g Prot 5.6g Lip 15.8g Hc (1,14)
Pollo al ajillo 681 Kcal 73.1g Prot 42.4g Lip 0.7g Hc (14)	Caella a la andaluza 412 Kcal 40.4g Prot 18.5g Lip 18.0g Hc (1,4)	Croquetas y empanadillas 1598 Kcal 8.2g Prot 159.8g Lip 30.1g Hc (1,3,4,6,7)	Tortilla de calabacín y patata 280 Kcal 18.9g Prot 24.9g Lip 41.8g Hc (3)	Pizza de jamón y queso 883 Kcal 36.3g Prot 39.0g Lip 96.6g Hc (1,7)	Huevos fritos 282 Kcal 15.2g Prot 24.5g Lip 0.8g Hc (3)	Filete de limanda empanado 223 Kcal 10.7g Prot 10.9g Lip 19.6g Hc (1,4)
Patatas fritas 153 Kcal 2.0g Prot 10.2g Lip 14.4g Hc (14)	Tomate asado 51 Kcal 0.6g Prot 4.2g Lip 2.5g Hc	Pisto manchego 88 Kcal 0.9g Prot 6.5g Lip 5.9g Hc	Salteado mixto de verduras 89 Kcal 2.7g Prot 4.4g Lip 7.3g Hc	Patatas chips 161 Kcal 2.0g Prot 10.5g Lip 14.9g Hc	Patatas fritas 153 Kcal 2.0g Prot 10.2g Lip 14.4g Hc (14)	Ensalada variada con aceitunas 72 Kcal 1.1g Prot 6.3g Lip 2.0g Hc (14)
Yogur sabor 101 Kcal 3.7g Prot 2.3g Lip 15.4g Hc (7)	Yogur sabor 101 Kcal 3.7g Prot 2.3g Lip 15.4g Hc (7)	Yogur sabor 101 Kcal 3.7g Prot 2.3g Lip 15.4g Hc (7)	Yogur sabor 101 Kcal 3.7g Prot 2.3g Lip 15.4g Hc (7)	Fruta de temporada 61 Kcal 0.6g Prot 0.2g Lip 13.5g Hc	Fruta de temporada 61 Kcal 0.6g Prot 0.2g Lip 13.5g Hc	Fruta de temporada 61 Kcal 0.6g Prot 0.2g Lip 13.5g Hc
Pan 1	Pan 1	Pan 1	Pan 1	Pan 1	Pan 1	Pan 1



Menú elaborado por el Dpto. de Nutrición y Dietética de Algadi, 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. 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 91547 46 46 c/Oquendo, 23, 4ª planta 28006 Madrid. M. L. (Dietista T.S N°2816 / H. C. (Nutricionista/ Dietista), Col:CYL00366/ R.N (Dietista)

LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15	SÁBADO 16	DOMINGO 17
COMIDA						
Lentejas hortelana 325 Kcal 19.7g Prot 6.8g Lip 37.6g Hc	Arroz primavera 390 Kcal 7.4g Prot 6.2g Lip 72.4g Hc	Patatas estofadas con verduras (pimiento y zanahoria) 224 Kcal 4.9g Prot 5.6g Lip 33.3g Hc 14	Sopa de cocido con fideos integrales ECO 149 Kcal 24.6g Prot 6.9g Lip 14.0g Hc 1	Crema de verduras 158 Kcal 3.9g Prot 5.4g Lip 20.5g Hc	Ensaladilla rusa 448 Kcal 9.8g Prot 29.5g Lip 33.4g Hc 3,4,6	Fideuá valenciana 374 Kcal 17.8g Prot 7.8g Lip 58.1g Hc 1,2,4,12,14
Tortilla de patata 256 Kcal 10.4g Prot 15.9g Lip 13.2g Hc 3,14	Abadejo al horno 169 Kcal 25.2g Prot 6.2g Lip 0.9g Hc 4	Filete de pollo al ajillo con hierbas provenzales 142 Kcal 20.9g Prot 6.1g Lip 0.8g Hc	Cocido completo 706 Kcal 41.2g Prot 45.9g Lip 47.5g Hc 3,6,7	Tortilla francesa 191 Kcal 6.5g Prot 12.1g Lip 14.2g Hc 3	Chuleta de aguja a la plancha 334 Kcal 28.5g Prot 24.5g Lip 0.0g Hc	Contramuslo de pollo asado en salsa 543 Kcal 77.7g Prot 25.7g Lip 0.0g Hc
Ensalada de lechuga y tomate 62 Kcal 1.1g Prot 5.4g Lip 1.6g Hc 14	Pisto manchego 88 Kcal 0.9g Prot 6.5g Lip 5.9g Hc	Ensalada de lechuga y aceitunas 69 Kcal 0.6g Prot 7.0g Lip 1.1g Hc 14	Fruta de temporada 61 Kcal 0.6g Prot 0.2g Lip 13.5g Hc	Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria 55 Kcal 0.5g Prot 5.2g Lip 0.8g Hc 14	Panaché de verduras 77 Kcal 1.4g Prot 4.2g Lip 6.7g Hc	Ensalada de lechuga, zanahoria y tomate 54 Kcal 0.5g Prot 5.2g Lip 0.9g Hc 14
Fruta de temporada 61 Kcal 0.6g Prot 0.2g Lip 13.5g Hc	Fruta de temporada 61 Kcal 0.6g Prot 0.2g Lip 13.5g Hc	Fruta de temporada 61 Kcal 0.6g Prot 0.2g Lip 13.5g Hc	Pan 85 Kcal 2.5g Prot 0.4g Lip 18.0g Hc 1	Yogur sabor 101 Kcal 3.7g Prot 2.3g Lip 15.4g Hc 7	Cuajada 113 Kcal 4.6g Prot 5.0g Lip 12.3g Hc 7	Flan de vainilla 100 Kcal 3.0g Prot 0.8g Lip 20.1g Hc 7
Pan 1	Pan 1	Pan 1	Pan 1	Pan 1	Pan 1	Pan 1
CENA						
Crema de calabaza 148 Kcal 3.8g Prot 5.3g Lip 19.6g Hc	Ensalada campera 253 Kcal 8.8g Prot 9.2g Lip 31.5g Hc (3,4,14)	Coliflor al gratén con patatas 279 Kcal 11.4g Prot 15.0g Lip 24.2g Hc (1,6,7)	Crema de calabacín 170 Kcal 4.5g Prot 5.4g Lip 23.9g Hc	Ensalada del chef 243 Kcal 12.4g Prot 20.2g Lip 2.7g Hc (1,3,6,7,14)	Macarrones al ajillo 348 Kcal 11.2g Prot 5.4g Lip 61.6g Hc (1)	Sopa de ave con fideos 197 Kcal 10.4g Prot 9.7g Lip 15.2g Hc (1,3)
Lacón con aceite y pimentón 366 Kcal 28.7g Prot 21.2g Lip 15.1g Hc	Pincho moruno 435 Kcal 24.9g Prot 37.5g Lip 0.0g Hc (7)	Huevos rellenos 361 Kcal 19.3g Prot 30.0g Lip 3.3g Hc (3,4,6)	Empanada casera de atún 465 Kcal 15.9g Prot 32.3g Lip 39.7g Hc (1,3,4)	Burrito de ternera 268 Kcal 15.2g Prot 16.5g Lip 14.1g Hc (1,3,6,7)	Merluza gratinada con salsa de tomate y queso 156 Kcal 16.3g Prot 8.6g Lip 3.1g Hc (4,7)	Tortilla de calabacín y patata 280 Kcal 18.9g Prot 24.9g Lip 41.8g Hc (3)
Cachelos 97 Kcal 2.0g Prot 4.1g Lip 12.2g Hc	Berenjenas a la romana 128 Kcal 1.7g Prot 10.6g Lip 6.6g Hc (1,3)	Ensalada de lechuga, tomate, queso y aceitunas 86 Kcal 1.4g Prot 8.0g Lip 1.8g Hc (1,3,6,7,14)	Ensalada de lechuga y zanahoria 69 Kcal 1.2g Prot 5.4g Lip 2.3g Hc (14)	Nachos 144 Kcal 1.9g Prot 6.0g Lip 20.1g Hc	Fruta de temporada 61 Kcal 0.6g Prot 0.2g Lip 13.5g Hc	Pisto manchego 69 Kcal 0.7g Prot 5.5g Lip 3.7g Hc
Yogur sabor 101 Kcal 3.7g Prot 2.3g Lip 15.4g Hc (7)	Yogur sabor 101 Kcal 3.7g Prot 2.3g Lip 15.4g Hc (7)	Yogur sabor 101 Kcal 3.7g Prot 2.3g Lip 15.4g Hc (7)	Yogur sabor 101 Kcal 3.7g Prot 2.3g Lip 15.4g Hc (7)	Fruta de temporada 61 Kcal 0.6g Prot 0.2g Lip 13.5g Hc	Pan 85 Kcal 2.5g Prot 0.4g Lip 18.0g Hc (1)	Fruta de temporada 61 Kcal 0.6g Prot 0.2g Lip 13.5g Hc
Pan 1	Pan 1	Pan 1	Pan 1	Pan 1	Pan 1	Pan 1



Menú elaborado por el Dpto. de Nutrición y Dietética de Algadi, 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. 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 91547 46 46 c/Oquendo, 23, 4ª planta 28006 Madrid. M. L. (Dietista T.S N°2816 / H. C. (Nutricionista/ Dietista), Cot:CYL00366/ R.N (Dietista)

LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22	SÁBADO 23	DOMINGO 24
COMIDA						
Judías verdes rehogadas con zanahoria ECO 115 Kcal 3.2g Prot 5.6g Lip 11.4g Hc 14	Alubias blancas a la vinagreta 320 Kcal 20.4g Prot 8.3g Lip 46.8g Hc 3,14	Coditos con champiñón 250 Kcal 8.0g Prot 6.5g Lip 38.1g Hc 1	Garbanzos hortelana 384 Kcal 16.7g Prot 10.8g Lip 47.9g Hc 1	Arroz con tomate 385 Kcal 6.3g Prot 7.8g Lip 70.5g Hc	Ensalada de pasta tricolor 442 Kcal 16.4g Prot 15.0g Lip 59.4g Hc 1,3,4,6,7,14	Paella mixta (marisco y carne pollo y cerdo) 332 Kcal 8.1g Prot 5.9g Lip 49.5g Hc 2,4,12
Sajonia en salsa napolitana 176 Kcal 10.5g Prot 11.5g Lip 6.9g Hc	Contramuslo de pollo asado al limón 550 Kcal 77.9g Prot 25.8g Lip 1.5g Hc	Salmón al horno 246 Kcal 20.9g Prot 17.2g Lip 1.5g Hc 4	Huevos al plato 253 Kcal 16.4g Prot 18.9g Lip 4.4g Hc 3,6,7	Merluza al ajillo 182 Kcal 25.4g Prot 7.8g Lip 1.9g Hc 4,14	Estofado de ternera 296 Kcal 38.5g Prot 16.0g Lip 10.9g Hc 1,14	Cinta de lomo fresca al horno 170 Kcal 14.8g Prot 12.2g Lip 0.7g Hc 14
Ensalada de lechuga y maíz 76 Kcal 1.0g Prot 5.9g Lip 1.1g Hc 14	Jardinera de verduras 81 Kcal 2.3g Prot 4.4g Lip 6.0g Hc	Ensalada de lechuga, tomate y queso 66 Kcal 1.4g Prot 5.7g Lip 2.0g Hc 1,3,6,7,14	Arroz integral 117 Kcal 1.8g Prot 4.6g Lip 15.7g Hc	Ensalada de lechuga y zanahoria 69 Kcal 1.2g Prot 5.4g Lip 2.3g Hc 14	Salteado mixto de verduras 89 Kcal 2.7g Prot 4.4g Lip 7.3g Hc	Berenjena rebozada 109 Kcal 0.9g Prot 10.3g Lip 3.3g Hc 1,3
Fruta de temporada 61 Kcal 0.6g Prot 0.2g Lip 13.5g Hc	Fruta de temporada 61 Kcal 0.6g Prot 0.2g Lip 13.5g Hc	Fruta de temporada 61 Kcal 0.6g Prot 0.2g Lip 13.5g Hc	Fruta de temporada 61 Kcal 0.6g Prot 0.2g Lip 13.5g Hc	Yogur sabor 101 Kcal 3.7g Prot 2.3g Lip 15.4g Hc 7	Natillas 133 Kcal 4.2g Prot 3.5g Lip 21.4g Hc 7	Yogur sabor 101 Kcal 3.7g Prot 2.3g Lip 15.4g Hc 7
Pan 1	Pan 1	Pan 1	Pan 1	Pan 1	Pan 1	Pan 1
CENA						
Menestra de verduras con jamón 143 Kcal 4.5g Prot 5.6g Lip 16.0g Hc (14)	Gazpacho andaluz 135 Kcal 3.3g Prot 5.6g Lip 15.8g Hc (1,14)	Sopa juliana 127 Kcal 5.0g Prot 7.1g Lip 7.9g Hc	Crema de calabaza 148 Kcal 3.8g Prot 5.3g Lip 19.6g Hc	Brócoli al gratén 423 Kcal 10.0g Prot 14.1g Lip 25.4g Hc (1,6,7)	Patatas con bechamel 439 Kcal 14.3g Prot 20.4g Lip 47.2g Hc (1,7)	Sopa de estrellas 194 Kcal 10.1g Prot 9.7g Lip 14.8g Hc (1,3)
Filete de bacalao empanado 253 Kcal 9.6g Prot 18.0g Lip 12.8g Hc (1,4)	Huevos fritos con chistorra 490 Kcal 22.1g Prot 45.2g Lip 1.2g Hc (3,7)	Hamburguesa mixta completa 207 Kcal 17.9g Prot 13.7g Lip 5.6g Hc (1,11,14)	Pollo teriyaki 225 Kcal 29.8g Prot 9.1g Lip 5.6g Hc (1,6,14)	San jacob de jamón y queso 378 Kcal 11.8g Prot 19.1g Lip 39.7g Hc (1,6,7)	Huevos rellenos 361 Kcal 19.3g Prot 30.0g Lip 3.3g Hc (3,4,6)	Rabas de calamár 250 Kcal 10.1g Prot 19.5g Lip 8.0g Hc (1,12)
Arroz frito 156 Kcal 3.1g Prot 4.5g Lip 25.1g Hc (1,5)	Patatas fritas 153 Kcal 2.0g Prot 10.2g Lip 14.4g Hc (14)	Chips de calabacín 52 Kcal 1.3g Prot 4.4g Lip 1.4g Hc	Patatas panadera 155 Kcal 2.2g Prot 10.1g Lip 13.1g Hc	Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria 19 Kcal 0.9g Prot 0.3g Lip 2.3g Hc (14)	Ensalada de lechuga y maíz 76 Kcal 1.0g Prot 5.9g Lip 1.1g Hc (14)	Ensalada de lechuga y tomate 54 Kcal 0.5g Prot 5.2g Lip 0.8g Hc (14)
Yogur sabor 101 Kcal 3.7g Prot 2.3g Lip 15.4g Hc (7)	Yogur sabor 101 Kcal 3.7g Prot 2.3g Lip 15.4g Hc (7)	Yogur sabor 101 Kcal 3.7g Prot 2.3g Lip 15.4g Hc (7)	Yogur sabor 101 Kcal 3.7g Prot 2.3g Lip 15.4g Hc (7)	Fruta de temporada 61 Kcal 0.6g Prot 0.2g Lip 13.5g Hc	Fruta de temporada 61 Kcal 0.6g Prot 0.2g Lip 13.5g Hc	Fruta de temporada 61 Kcal 0.6g Prot 0.2g Lip 13.5g Hc
Pan 1	Pan 1	Pan 1	Pan 1	Pan 1	Pan 1	Pan 1



Menú elaborado por el Dpto. de Nutrición y Dietética de Algadi, 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. 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 91547 46 46 c/Oquendo, 23, 4ª planta 28006 Madrid. M. L. (Dietista T.S Nº2816 / H. C (Nutricionista/ Dietista), Col:CYL00366/ R.N (Dietista)

LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29	SÁBADO 30	DOMINGO 31
COMIDA						
Menestra de verduras rehogadas (guisante y judía verde) 144 Kcal 4.6g Prot 5.6g Lip 16.2g Hc	Espaguetis con tomate 390 Kcal 12.5g Prot 6.5g Lip 68.6g Hc 1,7	Crema de calabaza ECO 134 Kcal 2.9g Prot 5.3g Lip 17.5g Hc 14	Paella de marisco 365 Kcal 7.0g Prot 5.7g Lip 49.5g Hc 2,4,12	Garbanzos hortelana 384 Kcal 16.7g Prot 10.8g Lip 47.9g Hc 1	Macarrones al gratén 530 Kcal 16.8g Prot 17.7g Lip 74.9g Hc 1,6,7	Patatas guisadas con costillas 321 Kcal 12.0g Prot 14.9g Lip 32.3g Hc
Estofado de cerdo al curry 232 Kcal 23.1g Prot 7.9g Lip 5.0g Hc 1,7	Lentejas hortelana 325 Kcal 19.7g Prot 6.8g Lip 37.6g Hc	Filete de pollo guisado 167 Kcal 20.6g Prot 6.2g Lip 4.8g Hc 1	Tortilla francesa 191 Kcal 6.5g Prot 12.1g Lip 14.2g Hc 3	Abadejo a la Romana 302 Kcal 29.5g Prot 13.1g Lip 14.1g Hc 1,3,4	Pollo al chilindrón 243 Kcal 30.6g Prot 10.3g Lip 6.2g Hc	Bacalao dorado 433 Kcal 45.5g Prot 19.3g Lip 15.7g Hc 3,4
Arroz integral 117 Kcal 1.8g Prot 4.6g Lip 15.7g Hc	Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas 79 Kcal 1.1g Prot 7.2g Lip 1.8g Hc 14	Wok de verduras 63 Kcal 1.0g Prot 5.2g Lip 2.3g Hc 14	Ensalada de lechuga y tomate 54 Kcal 0.5g Prot 5.2g Lip 0.8g Hc 14	Ensalada de lechuga y maíz 76 Kcal 1.0g Prot 5.9g Lip 1.1g Hc 14	Pimientos fritos 104 Kcal 0.6g Prot 10.1g Lip 3.3g Hc	Ensalada de lechuga, aceitunas, pepino y queso 88 Kcal 1.3g Prot 8.0g Lip 1.6g Hc 1,3,6,7,14
Fruta de temporada 61 Kcal 0.6g Prot 0.2g Lip 13.5g Hc	Fruta de temporada 61 Kcal 0.6g Prot 0.2g Lip 13.5g Hc	Fruta de temporada 61 Kcal 0.6g Prot 0.2g Lip 13.5g Hc	Fruta de temporada 61 Kcal 0.6g Prot 0.2g Lip 13.5g Hc	Yogur sabor 101 Kcal 3.7g Prot 2.3g Lip 15.4g Hc 7	Tarrina de helado 850 Kcal 120.0g Prot 30.0g Lip 120.0g Hc 6,7	Flan de vainilla 100 Kcal 3.0g Prot 0.8g Lip 20.1g Hc 7
Pan 1	Pan 1	Pan 1	Pan 1	Pan 1	Pan 1	Pan 1
CENA						
Salmorejo 339 Kcal 5.1g Prot 25.8g Lip 19.7g Hc (14)	Ensalada murciana 79 Kcal 5.0g Prot 4.7g Lip 3.6g Hc (3,4,14)	Macarrones salteados con verduritas 360 Kcal 11.8g Prot 7.2g Lip 59.6g Hc (1,7)	Coditos con verduras y curry 385 Kcal 13.0g Prot 7.0g Lip 64.4g Hc (1)	Crema de zanahoria 143 Kcal 2.9g Prot 5.3g Lip 18.1g Hc (14)	Sopa de picadillo con huevo 190 Kcal 14.7g Prot 8.0g Lip 14.8g Hc (1,3)	Crema de calabaza 148 Kcal 3.8g Prot 5.3g Lip 19.6g Hc
Tortilla de patata 256 Kcal 10.4g Prot 15.9g Lip 13.2g Hc (3,14)	Longanizas frescas al horno 369 Kcal 17.4g Prot 32.8g Lip 2.1g Hc (6,14)	Croquetas de bacalao 298 Kcal 5.4g Prot 16.4g Lip 23.1g Hc (1,3,4,6,7)	Fajitas de jamón y queso 313 Kcal 12.0g Prot 18.9g Lip 23.7g Hc (1,3,6,7)	Chuleta de sjonía a la plancha 441 Kcal 38.0g Prot 32.0g Lip 0.1g Hc	Pizza de jamón y queso 883 Kcal 36.3g Prot 39.0g Lip 96.6g Hc (1,7)	Huevos a la flamenca con guisantes y jamón 368 Kcal 32.2g Prot 21.0g Lip 12.1g Hc (3)
Ensalada mixta de atún y huevo 73 Kcal 2.8g Prot 6.0g Lip 1.6g Hc (3,4,14)	Patatas asadas al horno 94 Kcal 1.9g Prot 4.1g Lip 11.8g Hc	Ensalada de lechuga, aceitunas, pepino y queso 88 Kcal 1.3g Prot 8.0g Lip 1.6g Hc (1,3,6,7,14)	Nachos 144 Kcal 1.9g Prot 6.0g Lip 20.1g Hc	Patatas fritas 153 Kcal 2.0g Prot 10.2g Lip 14.4g Hc (14)	Ensalada de tomate, queso y orégano 63 Kcal 3.1g Prot 5.1g Lip 0.9g Hc (7,14)	Fruta de temporada 57 Kcal 0.6g Prot 0.2g Lip 12.5g Hc
Yogur sabor 101 Kcal 3.7g Prot 2.3g Lip 15.4g Hc (7)	Yogur sabor 101 Kcal 3.7g Prot 2.3g Lip 15.4g Hc (7)	Yogur sabor 101 Kcal 3.7g Prot 2.3g Lip 15.4g Hc (7)	Yogur sabor 101 Kcal 3.7g Prot 2.3g Lip 15.4g Hc (7)	Fruta de temporada 61 Kcal 0.6g Prot 0.2g Lip 13.5g Hc	Fruta de temporada 61 Kcal 0.6g Prot 0.2g Lip 13.5g Hc	Pan 85 Kcal 2.5g Prot 0.4g Lip 18.0g Hc (1)
Pan 1	Pan 1	Pan 1	Pan 1	Pan 1	Pan 1	Pan 1



Menú elaborado por el Dpto. de Nutrición y Dietética de Algadi, 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. 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 91547 46 46 c/Oquendo, 23, 4ª planta 28006 Madrid. M. L. (Dietista T.S N°2816 / H. C. (Nutricionista/ Dietista), Cot:CYL00366/ R.N (Dietista)

LUNES
MARTES
MIÉRCOLES
JUEVES
VIERNES
FESTIVO

4

Macarrones integrales con salsa de tomate
Boquerones a la andaluza
Ensalada de lechuga y maíz
Fruta de temporada
Pan
(1, 3, 4, 14)

755 Kcal 24,5g Prot 32,6g Lip 86,8g Hc

5

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

626 Kcal 22,3g Prot 23,9g Lip 82,3g Hc

6

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

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

CONMEMORACIÓN POR EL NOMBAMIENTO DEL PAPA LEÓN XIV
Ensalada César de la casa
Lomo en salsa de manzana
Guisantes salteados
Tarrina de chocolate y vainilla
Pan / Pan integral
(1, 3, 6, 7, 10, 11)

753 Kcal 33,7g Prot 36,6g Lip 90,4g 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 primavera
Abadejo al horno
Pisto manchego
Fruta de temporada
Pan / Pan integral
(4, 1, 6, 10, 11)

641 Kcal 27,8g Prot 18g Lip 86,5g Hc

13

Patatas estofadas con verduras (j. verde y pimiento)
Filete de pollo al ajillo con hierbas provenzales
Ensalada de lechuga y aceitunas
Fruta de temporada
Pan
(14, 1)

663 Kcal 32,2g Prot 19,7g Lip 86g Hc

14

Sopa de cocido con fideos integrales ECO
Cocido completo: garbanzos, ternera, pollo y cerdo
Repollo, patata y zanahoria
Fruta de temporada
Pan
(1, 3, 6, 7, 14)

708 Kcal 274,9g Prot 26,9g Lip 79,2g Hc

15

Crema de verduras (calabacín, acelga y zanahoria)
Merluza en salsa de tomate
Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria
Yogur sabor / Fruta de temporada
Pan / Pan integral
(14, 4, 7, 1, 6, 10, 11)

705 Kcal 31g Prot 22,2g Lip 91,2g Hc

18

DÍA SIN GLUTEN

Judías verdes rehogadas con zanahoria ECO
Sajonia en salsa napolitana
Ensalada de lechuga y maíz
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(14)

707 Kcal 16,1g Prot 22,7g Lip 93,2g Hc

19

Alubias blancas a la vinagreta con huevo
Contramuslo de pollo asado al limón
Jardinera de verduras
Fruta de temporada
Pan / Pan integral
(3, 14, 1, 6, 10, 11)

627 Kcal 38,5g Prot 20,7g Lip 71,3g Hc

20

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

715 Kcal 33,9g Prot 31g Lip 71,9g Hc

21

Garbanzos con verduras
Huevos al plato
Arroz integral
Fruta de temporada
Pan
(14, 3, 6, 7, 1)

779 Kcal 32,4g Prot 32,5g Lip 82,7g Hc

22

Arroz con salsa de tomate
Merluza al ajillo
Ensalada de lechuga y zanahoria
Yogur natural / Fruta de temporada
Pan / Pan integral
(4, 14, 7, 1, 6, 10, 11)

654 Kcal 28,9g Prot 23,8g Lip 78,1g Hc

25

Menestra de verduras rehogadas (guisante y judía verde)
Estofado de cerdo al curry
Arroz integral
Fruta de temporada
Pan
(14, 1, 7)

639 Kcal 32,5g Prot 18,7g Lip 68,4g Hc

26

Espaguetis con tomate
Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde)
Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas
Fruta de temporada
Pan / Pan integral
(1, 14, 6, 10, 11)

724 Kcal 24,4g Prot 20,7g Lip 101,8g 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

Paella de marisco
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga y tomate
Fruta de temporada
Pan
(2, 4, 12, 3, 14, 1)

755 Kcal 17,1g Prot 23,6g Lip 96g Hc

29

Garbanzos con verduras
Abadejo a la romana casero
Ensalada de lechuga y maíz
Yogur sabor / Fruta de temporada
Pan / Pan integral
(14, 1, 3, 4, 7, 6, 10, 11)

738 Kcal 37g Prot 28,6g Lip 74,4g Hc


 Se ofrece diariamente agua y pan blanco. **alternativa pan integral semanalmente.**

Las frutas, hortalizas y verduras son de temporada y de proveedores de proximidad.



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)



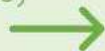
Verduras cocinadas
Hortalizas crudas



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



¡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



	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 francesa Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 3) 833 Kcal 20,9g Prot 23,4g Lip 125g 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 CONMEMORACIÓN POR EL NOMBRAMIENTO DEL PAPA LEÓN XIV Ensalada de pollo Lomo en salsa de manzana Guisantes salteados Tarrina de nata y fresa s/g Pan sin alérgenos (14, 7) 513 Kcal 22,7g Prot 25,9g Lip 39,8g 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 primavera Abadejo al horno Pisto manchego Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4) 665 Kcal 25,6g Prot 17,5g Lip 91,2g Hc	13 Patatas estofadas con verduras (j.verde y pimiento) Filete de pollo al ajillo con hierbas provenzales Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 721 Kcal 26,6g Prot 18,7g Lip 96,3g 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 Crema de verduras (calabacín,acelga y zanahoria) Merluza en salsa de tomate Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 4, 7) 566 Kcal 24g Prot 21g Lip 61,4g Hc
18	DÍA SIN GLUTEN Judías verdes rehogadas con zanahoria ECO Sajonia en salsa napolitana Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 707 Kcal 16,1g Prot 22,7g Lip 93,2g Hc	19 Alubias blancas a la vinagreta con huevo Contramuslo de pollo asado al limón Jardinera de verduras Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3, 14) 835 Kcal 37,1g Prot 20,3g Lip 114g Hc	20 *Macarrones con champiñón Salmón al horno Ensalada de lechuga, tomate y queso Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4, 7, 14) 700 Kcal 28,1g Prot 26,9g Lip 79,1g Hc	21 Garbanzos con verduras Huevos al plato Arroz integral Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 3, 6, 7) 806 Kcal 30,5g Prot 32,2g Lip 87,5g Hc	22 Arroz con salsa de tomate Merluza al ajillo Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur natural / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4, 14, 7) 650 Kcal 25,1g Prot 20,2g Lip 84,6g Hc
25	Menestra de verduras rehogadas (guisante y judía verde) Estofado de cerdo con verduras Arroz integral Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 611 Kcal 29,6g Prot 14,5g Lip 68,9g Hc	26 *Espaguetis con salsa de tomate Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 704 Kcal 18,6g Prot 14,6g Lip 112,6g 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 Paella de marisco Tortilla francesa Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (2, 4, 12, 3, 14) 782 Kcal 15,2g Prot 23,2g Lip 100,8g Hc	29 Garbanzos con verduras * Abadejo a la andaluza Ensalada de lechuga y maíz Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 4, 7) 758 Kcal 34,3g Prot 27,3g Lip 80,7g Hc



Se ofrece diariamente agua y pan blanco. **alternativa 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

PUEDES CENAR

1º



Cereales
(arroz/pasta)



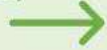
Verduras cocinadas
Hortalizas crudas



2º



Carne (pollo, ternera, cerdo)



Pescado o huevo



Huevo

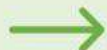
Pescado o carne



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



¡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



	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	Alubias blancas estofadas (pimiento,zanahoria) Tortilla francesa Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan (14, 3, 1) 623 Kcal 22g Prot 23,8g Lip 82,2g Hc	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	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	1 CONMEMORACIÓN POR EL NOMBAMIENTO DEL PAPA LEÓN XIV Ensalada de pollo Lomo en salsa de manzana Guisantes salteados Fruta de temporada Pan (14, 1) 497 Kcal 24,6g Prot 24,5g Lip 41g 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 primavera Abadejo al horno Pisto manchego Fruta de temporada Pan (4, 1) 639 Kcal 27,5g Prot 17,9g Lip 86,4g Hc	13 Patatas estofadas con verduras (j.verde y pimiento) Filete de pollo al ajillo con hierbas provenzales Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan (14, 1) 663 Kcal 32,2g Prot 19,7g Lip 86g Hc	14 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	15 Crema de verduras (calabacín,acelga y zanahoria) Merluza en salsa de tomate Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada Pan (14, 4, 1) 489 Kcal 22,8g Prot 19,2g Lip 52,4g Hc
18	18 DÍA SIN GLUTEN Judías verdes rehogadas con zanahoria ECO Sajonia en salsa napolitana Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 707 Kcal 16,1g Prot 22,7g Lip 93,2g Hc	19 Alubias blancas a la vinagreta con huevo Contramuslo de pollo asado al limón Jardinera de verduras Fruta de temporada Pan (3, 14, 1) 624 Kcal 38,2g Prot 20,6g Lip 71,2g Hc	20 Coditos con champiñón Salmón al horno Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan (1, 4, 14) 695 Kcal 32,5g Prot 29,4g Lip 71,8g Hc	21 Garbanzos con verduras *Huevos al plato Arroz integral Fruta de temporada Pan (14, 3, 1) 739 Kcal 31,5g Prot 28,9g Lip 81,6g Hc	22 Arroz con salsa de tomate Merluza al ajillo Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan (4, 14, 1) 622 Kcal 24,3g Prot 19,4g Lip 85,3g Hc
25	25 Menestra de verduras rehogadas (guisante y judía verde) Estofado de cerdo con verduras Arroz integral Fruta de temporada Pan (14, 1) 585 Kcal 31,6g Prot 14,9g Lip 64,1g Hc	26 Espaguetis con tomate Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta de temporada Pan (1, 14) 721 Kcal 24,2g Prot 20,6g Lip 101,8g 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 Paella de marisco Tortilla francesa Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan (2, 4, 12, 3, 14, 1) 755 Kcal 17,1g Prot 23,6g Lip 96g Hc	29 Garbanzos con verduras Abadejo a la romana casero Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan (14, 1, 3, 4) 685 Kcal 33,6g Prot 26,3g Lip 70,2g Hc



Se ofrece diariamente agua y pan blanco. **alternativa 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, contacta 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



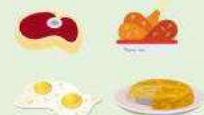
Cereales
(arroz/pasta)



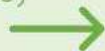
Verduras cocinadas
Hortalizas crudas



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 CONMEMORACIÓN POR EL NOMBAMIENTO DEL PAPA LEÓN XIV Ensalada de pollo Lomo en salsa de manzana Guisantes salteados Tarrina de nata y fresa s/g Pan sin alérgenos (14, 7) 513 Kcal 22,7g Prot 25,9g Lip 39,8g 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 primavera Abadejo al horno Pisto manchego Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4) 665 Kcal 25,6g Prot 17,5g Lip 91,2g Hc	13 Patatas estofadas con verduras (j.verde y pimiento) Filete de pollo al ajillo con hierbas provenzales Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 721 Kcal 26,6g Prot 18,7g Lip 96,3g 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 Crema de verduras (calabacín,acelga y zanahoria) Merluza en salsa de tomate Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 4, 7) 566 Kcal 24g Prot 21g Lip 61,4g Hc
18	DÍA SIN GLUTEN Judías verdes rehogadas con zanahoria ECO Sajonia en salsa napolitana Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 707 Kcal 16,1g Prot 22,7g Lip 93,2g Hc	19 Alubias blancas a la vinagreta Contramuslo de pollo asado al limón Jardinería de verduras Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 865 Kcal 40,3g Prot 16,8g Lip 127,3g Hc	20 *Macarrones con champiñón Salmón al horno Ensalada de lechuga, tomate y queso Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4, 7, 14) 700 Kcal 28,1g Prot 26,9g Lip 79,1g Hc	21 Garbanzos con verduras *Filete de pollo en salsa Arroz integral Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 739 Kcal 37,5g Prot 17,9g Lip 95g Hc	22 Arroz con salsa de tomate Merluza al ajillo Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur natural / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4, 14, 7) 650 Kcal 25,1g Prot 20,2g Lip 84,6g Hc
25	Menestra de verduras rehogadas (guisante y judía verde) Estofado de cerdo con verduras Arroz integral Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 611 Kcal 29,6g Prot 14,5g Lip 68,9g Hc	26 *Espaguetis con salsa de tomate Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 704 Kcal 18,6g Prot 14,6g Lip 112,6g 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 Paella de marisco Filete de pavo al limón Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (2, 4, 12, 1, 14) 732 Kcal 23,6g Prot 18,3g Lip 90g Hc	29 Garbanzos con verduras * Abadejo a la andaluza Ensalada de lechuga y maíz Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 4, 7) 758 Kcal 34,3g Prot 27,3g Lip 80,7g Hc



A: ALÉRGICOS
ECO: ECOLÓGICO

Se ofrece diariamente agua y pan blanco. **alternativa** 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, contacta 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



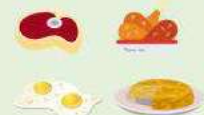
Cereales
(arroz/pasta)



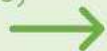
Verduras cocinadas
Hortalizas crudas



2º



Carne (pollo, ternera, cerdo)



Pescado o huevo



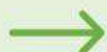
Huevo

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.asociacionceliacos.org



LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES		
FESTIVO										
4	Macarrones integrales con salsa de tomate Boquerones a la andaluza Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1, 3, 4, 14) 781 Kcal 22,6g Prot 32,2g Lip 91,6g Hc	5	Alubias blancas estofadas (pimiento, zanahoria) Tortilla francesa Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 3) 833 Kcal 20,9g Prot 23,4g Lip 125g 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	CONMEMORACIÓN POR EL NOMBRAMIENTO DEL PAPA LEÓN XIV Ensalada de pollo Lomo en salsa de manzana Guisantes salteados Tarrina de nata y fresa s/g Pan sin alérgenos (14, 7) 513 Kcal 22,7g Prot 25,9g Lip 39,8g 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 primavera Abadejo al horno Pisto manchego Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4) 665 Kcal 25,6g Prot 17,5g Lip 91,2g Hc	13	Patatas estofadas con verduras (j. verde y pimiento) Filete de pollo al ajillo con hierbas provenzales Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 721 Kcal 26,6g Prot 18,7g Lip 96,3g Hc	14	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) 734 Kcal 272,9g Prot 26,5g Lip 84g Hc	15	Crema de verduras (calabacín, acelga y zanahoria) Merluza en salsa de tomate Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 4, 7) 566 Kcal 24g Prot 21g Lip 61,4g Hc	
18	DÍA SIN GLUTEN Judías verdes rehogadas con zanahoria ECO Sajonia en salsa napolitana Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 707 Kcal 16,1g Prot 22,7g Lip 93,2g Hc	19	Alubias blancas a la vinagreta con huevo Contramuslo de pollo asado al limón Jardinera de verduras Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3, 14) 835 Kcal 37,1g Prot 20,3g Lip 114g Hc	20	Coditos con champiñón Salmón al horno Ensalada de lechuga, tomate y queso Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1, 4, 7, 14) 741 Kcal 32g Prot 30,6g Lip 76,7g Hc	21	Garbanzos con verduras Huevos al plato Arroz integral Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 3, 6, 7) 806 Kcal 30,5g Prot 32,2g Lip 87,5g Hc	22	Arroz con salsa de tomate Merluza al ajillo Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur natural / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4, 14, 7) 678 Kcal 26,7g Prot 23,3g Lip 82,9g Hc	
25	Menestra de verduras rehogadas (guisante y judía verde) Estofado de cerdo con verduras Arroz integral Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 611 Kcal 29,6g Prot 14,5g Lip 68,9g Hc	26	Espaguetis con tomate Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1, 14) 747 Kcal 22,2g Prot 20,2g Lip 106,6g 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	Paella de marisco Tortilla francesa Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (2, 4, 12, 3, 14) 782 Kcal 15,2g Prot 23,2g Lip 100,8g Hc	29	Garbanzos con verduras Abadejo a la romana casero Ensalada de lechuga y maíz Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 1, 3, 4, 7) 761 Kcal 34,8g Prot 28,1g Lip 79,2g Hc	



Se ofrece diariamente agua y pan blanco. **alternativa** 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

PUEDES CENAR

1º



Cereales
(arroz/pasta)



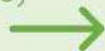
Verduras cocinadas
Hortalizas crudas



2º



Carne (pollo, ternera, cerdo)



Pescado o huevo



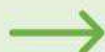
Huevo

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.asociacionceliacos.org



	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 Patatas estofadas con verduras Tortilla francesa Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 3) 753 Kcal 12g Prot 22,9g Lip 109,2g 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 con verduras *Merluza al limón Ensalada de lechuga, zanahoria y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4, 14) 564 Kcal 20,6g Prot 11,8g Lip 87,1g Hc	8 CONMEMORACIÓN POR EL NOMBRAMIENTO DEL PAPA LEÓN XIV Ensalada de pollo Lomo en salsa de manzana Zanahoria baby Tarrina de nata y fresa s/g Pan sin alérgenos (14, 7) 514 Kcal 21,6g Prot 25,8g Lip 41g 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 zanahoria Abadejo al horno Pisto manchego Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4) 712 Kcal 26,5g Prot 14,9g Lip 107,7g Hc	13 Guiso de patatas con verduras Filete de pollo al ajillo con hierbas provenzales Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 719 Kcal 26,4g Prot 18,6g Lip 96,1g 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 Crema de verduras (calabacín, acelga y zanahoria) Merluza en salsa de tomate Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 4, 7) 566 Kcal 24g Prot 21g Lip 61,4g Hc
18	DÍA SIN GLUTEN Crema de calabacín Sajonia en salsa napolitana Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 723 Kcal 16,1g Prot 22,5g Lip 97,9g Hc	19 Ensalada de patata Contramuslo de pollo asado al limón Verduras variadas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 701 Kcal 26,3g Prot 13,8g Lip 100,5g Hc	20 *Macarrones con champiñón Salmón al horno Ensalada de lechuga, tomate y queso Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4, 7, 14) 700 Kcal 28,1g Prot 26,9g Lip 79,1g Hc	21 Pisto de verduras *Huevos al plato Arroz integral Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3) 561 Kcal 20,6g Prot 22,6g Lip 61,5g Hc	22 Arroz con salsa de tomate Merluza al ajillo Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur natural / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4, 14, 7) 650 Kcal 25,1g Prot 20,2g Lip 84,6g Hc
25	Verduras variadas rehogadas Estofado de cerdo con verduras Arroz integral Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 609 Kcal 28,8g Prot 14,5g Lip 67,4g Hc	26 *Espaguetis con salsa de tomate Pisto de verduras Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 523 Kcal 7,3g Prot 11,1g Lip 91,7g 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 Paella de verduras Tortilla francesa Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3, 14) 669 Kcal 13,5g Prot 20,4g Lip 100,5g Hc	29 Guiso de patatas con verduras *Abadejo a la andaluza Ensalada de lechuga y maíz Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 4, 7) 646 Kcal 26,1g Prot 24,1g Lip 69,6g Hc



Se ofrece diariamente agua y pan blanco. **alternativa** 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, contacta 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



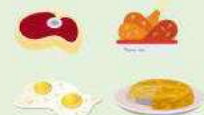
Cereales
(arroz/pasta)



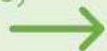
Verduras cocinadas
Hortalizas crudas



2º



Carne (pollo, ternera, cerdo)



Pescado o huevo



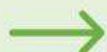
Huevo

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



¡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
					FESTIVO
4	Macarrones integrales con salsa de tomate Pollo en salsa Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1, 14) 657 Kcal 29,7g Prot 19,7g Lip 80,1g Hc	Alubias blancas estofadas (pimiento, zanahoria) Tortilla francesa Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 3) 833 Kcal 20,9g Prot 23,4g Lip 125g Hc	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	Arroz murciano Revuelto de huevo con champiñón Ensalada de lechuga, zanahoria y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3, 14) 663 Kcal 16,4g Prot 21,6g Lip 88,8g Hc	CONMEMORACIÓN POR EL NOMBRAMIENTO DEL PAPA LEÓN XIV Ensalada de pollo Lomo en salsa de manzana Guisantes salteados Tarrina de nata y fresa s/g Pan sin alérgenos (14, 7) 513 Kcal 22,7g Prot 25,9g Lip 39,8g 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	Arroz primavera Filete de pavo a la plancha Pisto manchego Fruta de temporada Pan sin alérgenos 662 Kcal 21,7g Prot 18,7g Lip 92,5g Hc	Patatas estofadas con verduras (j. verde y pimiento) Filete de pollo al ajillo con hierbas provenzales Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 721 Kcal 26,6g Prot 18,7g Lip 96,3g Hc	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) 734 Kcal 272,9g Prot 26,5g Lip 84g Hc	Crema de verduras (calabacín, acelga y zanahoria) Huevos cocidos con salsa de tomate Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 3, 7) 602 Kcal 20,5g Prot 27,5g Lip 62g Hc
18	DÍA SIN GLUTEN Judías verdes rehogadas con zanahoria ECO Sajonia en salsa napolitana Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 707 Kcal 16,1g Prot 22,7g Lip 93,2g Hc	Alubias blancas a la vinagreta con huevo Contramuslo de pollo asado al limón Jardinera de verduras Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3, 14) 835 Kcal 37,1g Prot 20,3g Lip 114g Hc	Coditos con champiñón Filete de pavo plancha Ensalada de lechuga, tomate y queso Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1, 7, 14) 630 Kcal 25,8g Prot 20,6g Lip 77,3g Hc	Garbanzos con verduras Huevos al plato Arroz integral Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 3, 6, 7) 806 Kcal 30,5g Prot 32,2g Lip 87,5g Hc	Arroz con salsa de tomate Filete de pavo plancha Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur natural / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 7) 682 Kcal 25,5g Prot 23,5g Lip 84,2g Hc
25	Menestra de verduras rehogadas (guisante y judía verde) Estofado de cerdo con verduras Arroz integral Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 611 Kcal 29,6g Prot 14,5g Lip 68,9g Hc	Espaguetis con tomate Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1, 14) 747 Kcal 22,2g Prot 20,2g Lip 106,6g Hc	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	Paella de verduras Tortilla francesa Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3, 14) 669 Kcal 13,5g Prot 20,4g Lip 100,5g Hc	Garbanzos con verduras Pollo salteado Ensalada de lechuga y maíz Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 7) 696 Kcal 33,7g Prot 24,5g Lip 73,2g Hc



A: ALÉRGICOS
ECO: ECOLÓGICO

Se ofrece diariamente agua y pan blanco. **alternativa** 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

PUEDES CENAR

1º



Cereales
(arroz/pasta)



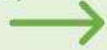
Verduras cocinadas
Hortalizas crudas



2º



Carne (pollo, ternera, cerdo)



Pescado o huevo



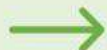
Huevo

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



¡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
					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 francesa Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan / Pan integral (14, 3, 1, 6, 10, 11) 626 Kcal 22,3g Prot 23,9g Lip 82,3g Hc	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	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	1 CONMEMORACIÓN POR EL NOMBRAMIENTO DEL PAPA LEÓN XIV Ensalada de pollo Lomo en salsa de manzana Guisantes salteados Tarrina de chocolate y vainilla Pan / Pan integral (14, 7, 1, 6, 10, 11) 716 Kcal 31,1g Prot 29g Lip 79,6g 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 primavera Filete de pavo a la plancha Pisto manchego Fruta de temporada Pan / Pan integral (1, 6, 10, 11) 639 Kcal 23,9g Prot 19,2g Lip 87,7g Hc	13 Patatas estofadas con verduras (j. verde y pimiento) Filete de pollo al ajillo con hierbas provenzales Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan (14, 1) 663 Kcal 32,2g Prot 19,7g Lip 86g Hc	14 Sopa de cocido con fideos integrales ECO Cocido completo: garbanzos, ternera, pollo y cerdo Repollo, patata y zanahoria Fruta de temporada Pan (1, 3, 6, 7, 14) 708 Kcal 274,9g Prot 26,9g Lip 79,2g Hc	15 Crema de verduras (calabacín, acelga y zanahoria) Huevos cocidos con salsa de tomate Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Yogur sabor / Fruta de temporada Pan / Pan integral (14, 3, 7, 1, 6, 10, 11) 742 Kcal 27,5g Prot 28,7g Lip 91,8g Hc
18	DÍA SIN GLUTEN Judías verdes rehogadas con zanahoria ECO Sajonia en salsa napolitana Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 707 Kcal 16,1g Prot 22,7g Lip 93,2g Hc	19 Alubias blancas a la vinagreta con huevo Contramuslo de pollo asado al limón Jardinera de verduras Fruta de temporada Pan / Pan integral (3, 14, 1, 6, 10, 11) 627 Kcal 38,5g Prot 20,7g Lip 71,3g Hc	20 Coditos con champiñón Filete de pavo plancha Ensalada de lechuga, tomate y queso Fruta de temporada Pan (1, 7, 14) 604 Kcal 27,7g Prot 21g Lip 72,5g Hc	21 Garbanzos con verduras Huevos al plato Arroz integral Fruta de temporada Pan (14, 3, 6, 7, 1) 779 Kcal 32,4g Prot 32,5g Lip 82,7g Hc	22 Arroz con salsa de tomate Filete de pavo plancha Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur natural / Fruta de temporada Pan / Pan integral (14, 7, 1, 6, 10, 11) 659 Kcal 27,7g Prot 23,9g Lip 79,5g Hc
25	Menestra de verduras rehogadas (guisante y judía verde) Estofado de cerdo al curry Arroz integral Fruta de temporada Pan (14, 1, 7) 639 Kcal 32,5g Prot 18,7g Lip 68,4g Hc	26 Espaguetis con tomate Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta de temporada Pan / Pan integral (1, 14, 6, 10, 11) 724 Kcal 24,4g Prot 20,7g Lip 101,8g 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 Paella de verduras Tortilla francesa Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan (3, 14, 1) 643 Kcal 15,5g Prot 20,7g Lip 95,7g Hc	29 Garbanzos con verduras Pollo salteado Ensalada de lechuga y maíz Yogur sabor / Fruta de temporada Pan / Pan integral (14, 7, 1, 6, 10, 11) 673 Kcal 35,9g Prot 25g Lip 68,4g Hc



A: ALÉRGICOS
ECO: ECOLÓGICO

Se ofrece diariamente agua y pan blanco. **alternativa 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, contacta 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)



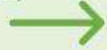
Verduras cocinadas
Hortalizas crudas



2º



Carne (pollo, ternera, cerdo)



Pescado o huevo



Huevo

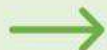
Pescado o carne



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



¡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



	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 CONMEMORACIÓN POR EL NOMBRAMIENTO DEL PAPA LEÓN XIV Ensalada de pollo Lomo en salsa de manzana Guisantes salteados Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 523 Kcal 22,7g Prot 24,1g Lip 45,8g 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 primavera Abadejo al horno Pisto manchego Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4) 665 Kcal 25,6g Prot 17,5g Lip 91,2g Hc	13 Patatas estofadas con verduras (j.verde y pimiento) Filete de pollo al ajillo con hierbas provenzales Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 721 Kcal 26,6g Prot 18,7g Lip 96,3g 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 Crema de verduras (calabacín,acelga y zanahoria) Merluza en salsa de tomate Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 4) 515 Kcal 20,8g Prot 18,8g Lip 57,2g Hc
18	DÍA SIN GLUTEN Judías verdes rehogadas con zanahoria ECO Sajonia en salsa napolitana Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 707 Kcal 16,1g Prot 22,7g Lip 93,2g Hc	19 Ensalada de patata Contramuslo de pollo asado al limón Jardinería de verduras Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 710 Kcal 26,7g Prot 14,9g Lip 99,6g Hc	20 *Macarrones con champiñón Salmón al horno Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4, 14) 680 Kcal 26,7g Prot 25,4g Lip 79g Hc	21 Garbanzos con verduras *Filete de pollo en salsa Arroz integral Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 739 Kcal 37,5g Prot 17,9g Lip 95g Hc	22 Arroz con salsa de tomate Merluza al ajillo Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4, 14) 648 Kcal 22,3g Prot 19g Lip 90,1g Hc
25	Menestra de verduras rehogadas (guisante y judía verde) Estofado de cerdo con verduras Arroz integral Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 611 Kcal 29,6g Prot 14,5g Lip 68,9g Hc	26 *Espaguetis con salsa de tomate Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 704 Kcal 18,6g Prot 14,6g Lip 112,6g 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 Paella de marisco Filete de pavo a la plancha Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (2, 4, 12, 14) 725 Kcal 23,4g Prot 18,2g Lip 88,7g Hc	29 Garbanzos con verduras * Abadejo a la andaluza Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 4) 708 Kcal 31,1g Prot 25,1g Lip 76,5g Hc



Se ofrece diariamente agua y pan blanco. **alternativa 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, contacta 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)



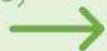
Verduras cocinadas
Hortalizas crudas



2º



Carne (pollo, ternera, cerdo)



Pescado o huevo



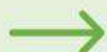
Huevo

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



¡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





	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	Alubias blancas estofadas (pimiento,zanahoria) Tortilla francesa Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan (14, 3, 1) 623 Kcal 22g Prot 23,8g Lip 82,2g Hc	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	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	1 FESTIVO 8 CONMEMORACIÓN POR EL NOMBAMIENTO DEL PAPA LEÓN XIV Ensalada de pollo Lomo en salsa de manzana Guisantes salteados Fruta de temporada Pan (14, 1) 497 Kcal 24,6g Prot 24,5g Lip 41g 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 primavera Abadejo al horno Pisto manchego Fruta de temporada Pan (4, 1) 639 Kcal 27,5g Prot 17,9g Lip 86,4g Hc	13 Patatas estofadas con verduras (j.verde y pimiento) Filete de pollo al ajillo con hierbas provenzales Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan (14, 1) 663 Kcal 32,2g Prot 19,7g Lip 86g 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 Crema de verduras (calabacín,acelga y zanahoria) Merluza en salsa de tomate Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada Pan (14, 4, 1) 489 Kcal 22,8g Prot 19,2g Lip 52,4g Hc
18	18 DÍA SIN GLUTEN Judías verdes rehogadas con zanahoria ECO Sajonia en salsa napolitana Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 707 Kcal 16,1g Prot 22,7g Lip 93,2g Hc	19 Alubias blancas a la vinagreta con huevo Contramuslo de pollo asado al limón Jardinera de verduras Fruta de temporada Pan (3, 14, 1) 624 Kcal 38,2g Prot 20,6g Lip 71,2g Hc	20 Coditos con champiñón Salmón al horno Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan (1, 4, 14) 695 Kcal 32,5g Prot 29,4g Lip 71,8g Hc	21 Garbanzos con verduras *Huevos al plato Arroz integral Fruta de temporada Pan (14, 3, 1) 739 Kcal 31,5g Prot 28,9g Lip 81,6g Hc	22 Arroz con salsa de tomate Merluza al ajillo Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan (4, 14, 1) 622 Kcal 24,3g Prot 19,4g Lip 85,3g Hc
25	25 Menestra de verduras rehogadas (guisante y judía verde) Estofado de cerdo con verduras Arroz integral Fruta de temporada Pan (14, 1) 585 Kcal 31,6g Prot 14,9g Lip 64,1g Hc	26 Espaguetis con tomate Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta de temporada Pan (1, 14) 721 Kcal 24,2g Prot 20,6g Lip 101,8g 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 Paella de marisco Tortilla francesa Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan (2, 4, 12, 3, 14, 1) 755 Kcal 17,1g Prot 23,6g Lip 96g Hc	29 Garbanzos con verduras Abadejo a la romana casero Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan (14, 1, 3, 4) 685 Kcal 33,6g Prot 26,3g Lip 70,2g Hc



A: ALÉRGICOS
ECO: ECOLÓGICO

Se ofrece diariamente agua y pan blanco. **alternativa** 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, contacta 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



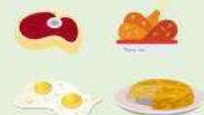
Cereales
(arroz/pasta)



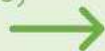
Verduras cocinadas
Hortalizas crudas



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



¡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
					FESTIVO
4	<p>Macarrones integrales con salsa de tomate</p> <p>Judías verdes rehogadas</p> <p>Ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>Pan</p> <p>(1, 14)</p> <p>598 Kcal 14,5g Prot 19,8g Lip 81,9g Hc</p>	<p>Alubias blancas estofadas (pimiento, zanahoria)</p> <p>Tortilla francesa</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>626 Kcal 22,3g Prot 23,9g Lip 82,3g Hc</p>	<p>Crema de zanahoria ECO</p> <p>Hamburguesa vegana a la plancha</p> <p>Patatas asadas</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>Pan</p> <p>(14, 1, 6)</p> <p>820 Kcal 11,7g Prot 36,6g Lip 95,6g Hc</p>	<p>Arroz murciano</p> <p>Revuelto de huevo con champiñón</p> <p>Ensalada de lechuga, zanahoria y tomate</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>Pan</p> <p>(3, 14, 1)</p> <p>789 Kcal 22,9g Prot 22,7g Lip 116,4g Hc</p>	<p>CONMEMORACIÓN POR EL NOMBRAMIENTO DEL PAPA LEÓN XIV</p> <p>Ensalada César</p> <p>Guisantes salteados</p> <p>Zanahoria baby</p> <p>Tarrina de chocolate y vainilla</p> <p>Pan / Pan integral</p> <p>(1, 3, 6, 7, 10, 11)</p> <p>885 Kcal 24,5g Prot 37,9g Lip 108,1g Hc</p>
11	<p>Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde)</p> <p>Tortilla de patata</p> <p>Ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>Pan</p> <p>(14, 3, 1)</p> <p>696 Kcal 27,5g Prot 27,8g Lip 72,5g Hc</p>	<p>Arroz primavera</p> <p>Coliflor al queso gratinada</p> <p>Pisto manchego</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>Pan / Pan integral</p> <p>(7, 1, 6, 10, 11)</p> <p>622 Kcal 16g Prot 20,7g Lip 89g Hc</p>	<p>Patatas estofadas con verduras (j. verde y pimiento)</p> <p>Salchichas veganas</p> <p>Ensalada de lechuga y aceitunas</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>Pan</p> <p>(14, 6, 1)</p> <p>596 Kcal 13,3g Prot 20,6g Lip 86,2g Hc</p>	<p>Garbanzos con verduras</p> <p>Repollo rehogado</p> <p>Ensalada de lechuga</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>Pan</p> <p>(14, 1)</p> <p>554 Kcal 18g Prot 20g Lip 70,2g Hc</p>	<p>Crema de verduras (calabacín, acelga y zanahoria)</p> <p>Huevos cocidos con salsa de tomate</p> <p>Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria</p> <p>Yogur sabor / Fruta de temporada</p> <p>Pan / Pan integral</p> <p>(14, 3, 7, 1, 6, 10, 11)</p> <p>742 Kcal 27,5g Prot 28,7g Lip 91,8g Hc</p>
18	<p>DÍA SIN GLUTEN</p> <p>Judías verdes rehogadas con zanahoria ECO</p> <p>Hamburguesa vegana a la plancha</p> <p>Ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>Pan sin alérgenos</p> <p>(14, 1, 6)</p> <p>829 Kcal 5,7g Prot 36,4g Lip 91,1g Hc</p>	<p>Alubias blancas a la vinagreta con huevo</p> <p>Tortilla francesa con queso</p> <p>Jardinera de verduras</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>Pan / Pan integral</p> <p>(3, 14, 7, 1, 6, 10, 11)</p> <p>628 Kcal 28,4g Prot 26,5g Lip 70,1g Hc</p>	<p>Coditos con champiñón</p> <p>Guisantes salteados</p> <p>Ensalada de lechuga, tomate y queso</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>Pan</p> <p>(1, 7, 14)</p> <p>622 Kcal 20,1g Prot 19,6g Lip 86,6g Hc</p>	<p>Garbanzos con verduras</p> <p>*Huevos al plato</p> <p>Arroz integral</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>Pan</p> <p>(14, 3, 1)</p> <p>739 Kcal 31,5g Prot 28,9g Lip 81,6g Hc</p>	<p>Arroz con salsa de tomate</p> <p>Ensalada de lentejas</p> <p>Ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Yogur natural / Fruta de temporada</p> <p>Pan / Pan integral</p> <p>(14, 7, 1, 6, 10, 11)</p> <p>740 Kcal 24,9g Prot 23,6g Lip 99,2g Hc</p>
25	<p>Menestra de verduras rehogadas (guisante y judía verde)</p> <p>Revuelto de huevo con queso</p> <p>Arroz integral</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>Pan</p> <p>(14, 3, 7, 1)</p> <p>579 Kcal 21,3g Prot 24,4g Lip 63,9g Hc</p>	<p>Espaguetis con tomate</p> <p>Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde)</p> <p>Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>Pan / Pan integral</p> <p>(1, 14, 6, 10, 11)</p> <p>724 Kcal 24,4g Prot 20,7g Lip 101,8g Hc</p>	<p>Crema de calabaza ECO</p> <p>Alubias blancas aliñadas</p> <p>Wok de verduras</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>Pan</p> <p>(14, 1)</p> <p>867 Kcal 27,6g Prot 27,8g Lip 128,9g Hc</p>	<p>Paella de verduras</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>Pan</p> <p>(3, 14, 1)</p> <p>643 Kcal 15,5g Prot 20,7g Lip 95,7g Hc</p>	<p>Garbanzos con verduras</p> <p>Pisto de verduras</p> <p>Ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Yogur sabor / Fruta de temporada</p> <p>Pan / Pan integral</p> <p>(14, 7, 1, 6, 10, 11)</p> <p>636 Kcal 20,3g Prot 24,1g Lip 76,7g Hc</p>



A: ALÉRGENOS ECO: ECOLÓGICO

Se ofrece diariamente agua y pan blanco. **alternativa 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, contacta 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)



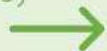
Verduras cocinadas
Hortalizas crudas



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



¡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



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 francesa
Ensalada de lechuga y tomate
Fruta de temporada
Pan integral
(14, 3, 1, 6, 10, 11)

601 Kcal 22,2g Prot 24,1g Lip 74,9g Hc

6

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

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

CONMEMORACIÓN POR EL NOMBRAMIENTO DEL PAPA LEÓN XIV

Ensalada de pollo
Lomo en salsa de manzana
Guisantes salteados
Yogur natural / Fruta de temporada
Pan integral
(14, 7, 1, 6, 10, 11)

505 Kcal 29,2g Prot 29,1g Lip 26,5g 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 primavera
Abadejo al horno
Pisto manchego
Fruta de temporada
Pan integral
(4, 1, 6, 10, 11)

617 Kcal 27,7g Prot 18,2g Lip 79,1g Hc

13

Patatas estofadas con verduras (j. verde y pimiento)
Filete de pollo al ajillo con hierbas provenzales
Ensalada de lechuga y aceitunas
Fruta de temporada
Pan
(14, 1)

663 Kcal 32,2g Prot 19,7g Lip 86g Hc

14

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

674 Kcal 45,8g Prot 16,1g Lip 78,8g Hc

15

Crema de verduras (calabacín, acelga y zanahoria)
*Merluza al perejil
Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria
Yogur natural / Fruta de temporada
Pan integral
(14, 4, 7, 1, 6, 10, 11)

440 Kcal 25,6g Prot 19,6g Lip 35,2g Hc

18

DÍA SIN GLUTEN

Judías verdes rehogadas con zanahoria ECO
Lomo de sajonia a la plancha
Ensalada de lechuga y maíz
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(14, 6)

710 Kcal 15,3g Prot 20,5g Lip 94,9g Hc

19

Alubias blancas a la vinagreta con huevo
Contramuslo de pollo asado al limón
Jardinera de verduras
Fruta de temporada
Pan integral
(3, 14, 1, 6, 10, 11)

602 Kcal 38,4g Prot 21g Lip 63,9g Hc

20

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

715 Kcal 33,9g Prot 31g Lip 71,9g Hc

21

Garbanzos con verduras
*Huevos al plato
Arroz integral
Fruta de temporada
Pan
(14, 3, 1)

739 Kcal 31,5g Prot 28,9g Lip 81,6g Hc

22

Arroz al horno con champiñón
Merluza al ajillo
Ensalada de lechuga y zanahoria
Yogur natural / Fruta de temporada
Pan integral
(4, 14, 7, 1, 6, 10, 11)

586 Kcal 28,1g Prot 20,1g Lip 68,8g Hc

25

Menestra de verduras rehogadas (guisante y judía verde)
Estofado de cerdo con verduras
Arroz integral
Fruta de temporada
Pan
(14, 1)

585 Kcal 31,6g Prot 14,9g Lip 64,1g Hc

26

Espaguetis al ajillo
Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde)
Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas
Fruta de temporada
Pan integral
(1, 14, 6, 10, 11)

666 Kcal 24,2g Prot 19,2g Lip 90,8g 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

Paella de marisco
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga y tomate
Fruta de temporada
Pan
(2, 4, 12, 3, 14, 1)

755 Kcal 17,1g Prot 23,6g Lip 96g Hc

29

Garbanzos con verduras
Abadejo en salsa con perejil
Ensalada de lechuga y maíz
Yogur natural / Fruta de temporada
Pan integral
(14, 4, 7, 1, 6, 10, 11)

635 Kcal 38g Prot 25,1g Lip 54,1g Hc


**A: ALÉRGICOS
ECO: ECOLÓGICO**

 Se ofrece diariamente agua y pan blanco. **alternativa 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, contacta 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



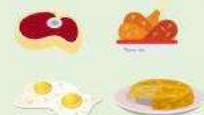
Cereales
(arroz/pasta)



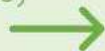
Verduras cocinadas
Hortalizas crudas



2º



Carne (pollo, ternera, cerdo)



Pescado o huevo



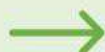
Huevo

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.