

LUNES 1	MARTES 2	MIÉRCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5	SÁBADO 6	DOMINGO 7
COMIDA						
Triturados de verduras frescas con lentejas 380 Kcal 16.9g Prot 11.4g Lip 43.7g Hc	Triturado de verduras frescas con pasta entera 336 Kcal 10.6g Prot 6.2g Lip 56.8g Hc 1	Ensaladilla rusa 243 Kcal 6.1g Prot 16.6g Lip 17.5g Hc 3,4,6	Crema de judías verdes 137 Kcal 3.2g Prot 5.4g Lip 17.7g Hc 14	Menestra a la riojana 218 Kcal 6.5g Prot 5.2g Lip 21.2g Hc 1,14	Salmorejo 71 Kcal 1.2g Prot 5.2g Lip 4.5g Hc 14	Triturado de verduras frescas con alubias blancas 359 Kcal 16.1g Prot 11.2g Lip 52.4g Hc 6
Limanda en salsa verde 271 Kcal 31.1g Prot 5.6g Lip 10.7g Hc 1,4	Tortilla de calabacín y patata 218 Kcal 12.6g Prot 20.2g Lip 27.8g Hc 3	Hamburguesa de pollo en salsa 179 Kcal 13.7g Prot 11.3g Lip 5.3g Hc 6,14	Lomo de sajonia en salsa 194 Kcal 10.1g Prot 9.3g Lip 10.6g Hc 6	Abadejo al horno 137 Kcal 18.5g Prot 5.9g Lip 0.8g Hc 4	Pastel de carne casero con puré de patata gratinado 366 Kcal 14.1g Prot 20.6g Lip 28.9g Hc 7	Bacalao al pil-pil 211 Kcal 31.3g Prot 6.7g Lip 4.8g Hc 1,4
Zanahoria salteada 61 Kcal 0.5g Prot 5.0g Lip 2.9g Hc	Queso fresco 135 Kcal 8.0g Prot 10.2g Lip 2.8g Hc 7	Jardinera de verduras 80 Kcal 1.8g Prot 5.3g Lip 4.7g Hc	Patatas fritas 137 Kcal 1.5g Prot 10.1g Lip 10.8g Hc 14	Champiñón salteado 60 Kcal 1.1g Prot 5.2g Lip 2.5g Hc		Asadillo de pimientos 60 Kcal 0.5g Prot 5.1g Lip 2.7g Hc
Compota de fruta sin azúcares añadidos 65 Kcal 5.0g Prot 1.0g Lip 14.1g Hc	Compota de fruta sin azúcares añadidos 65 Kcal 5.0g Prot 1.0g Lip 14.1g Hc	Compota de fruta sin azúcares añadidos 65 Kcal 5.0g Prot 1.0g Lip 14.1g Hc	Compota de fruta sin azúcares añadidos 65 Kcal 5.0g Prot 1.0g Lip 14.1g Hc	Compota de fruta sin azúcares añadidos 65 Kcal 5.0g Prot 1.0g Lip 14.1g Hc	Compota de fruta sin azúcares añadidos 65 Kcal 5.0g Prot 1.0g Lip 14.1g Hc	Compota de fruta sin azúcares añadidos 65 Kcal 5.0g Prot 1.0g Lip 14.1g Hc
Pan 1,3,7,6,11,8,5	Pan 1,3,7,6,11,8,5	Pan 1,3,7,6,11,8,5	Pan 1,3,7,6,11,8,5	Pan 1,3,7,6,11,8,5	Pan 1,3,7,6,11,8,5	Pan 1,3,7,6,11,8,5
CENA						
Salteado campestre de verduras 132 Kcal 3.4g Prot 5.0g Lip 7.5g Hc	Crema de calabaza 134 Kcal 2.9g Prot 5.3g Lip 17.7g Hc (14)	Coliflor al ajoarriero 90 Kcal 3.6g Prot 6.1g Lip 4.9g Hc	Triturado de verduras frescas con pasta fina 233 Kcal 6.7g Prot 5.8g Lip 34.9g Hc (1)	Crema de guisantes 152 Kcal 4.9g Prot 5.4g Lip 19.4g Hc (14)	Vichyssoise 149 Kcal 2.9g Prot 7.5g Lip 16.8g Hc (7,14)	Triturado de verduras frescas 270 Kcal 6.1g Prot 10.5g Lip 33.0g Hc
Jamón york y queso fresco 128 Kcal 16.5g Prot 5.3g Lip 2.3g Hc (6,7)	Lacón al horno 237 Kcal 17.2g Prot 14.7g Lip 8.9g Hc	Merluza al horno 130 Kcal 16.0g Prot 7.0g Lip 0.8g Hc (4)	Tortilla con queso 172 Kcal 11.9g Prot 13.6g Lip 0.5g Hc (3,7)	Longanizas de pollo al horno 282 Kcal 12.2g Prot 23.9g Lip 4.9g Hc (14)	Tortilla de patata 223 Kcal 6.0g Prot 18.3g Lip 19.9g Hc (3)	Jamón york y queso fresco 128 Kcal 16.5g Prot 5.3g Lip 2.3g Hc (6,7)
Puré de patatas 72 Kcal 1.7g Prot 3.1g Lip 8.9g Hc (6,7)	Patatas salteadas con pimentón 104 Kcal 1.3g Prot 5.1g Lip 9.7g Hc (14)	Zanahoria asada 75 Kcal 0.7g Prot 5.2g Lip 3.9g Hc	Calabacín salteado 60 Kcal 1.0g Prot 5.3g Lip 1.7g Hc	Zanahoria aliñada 81 Kcal 1.0g Prot 4.2g Lip 5.6g Hc (14)	Queso fresco con membrillo 184 Kcal 6.5g Prot 3.4g Lip 33.8g Hc (6,7)	Puré de patatas 72 Kcal 1.7g Prot 3.1g Lip 8.9g Hc (6,7)
Yogur natural 90 Kcal 5.0g Prot 4.5g Lip 6.2g Hc (7)	Yogur sabor 101 Kcal 3.7g Prot 2.3g Lip 15.4g Hc (7)	Postre casero 108 Kcal 2.5g Prot 2.1g Lip 19.4g Hc (1,3,6,7)	Yogur sabor 101 Kcal 3.7g Prot 2.3g Lip 15.4g Hc (7)	Yogur natural 90 Kcal 5.0g Prot 4.5g Lip 6.2g Hc (7)	Natillas 133 Kcal 4.2g Prot 3.5g Lip 21.4g Hc (7)	Yogur natural 90 Kcal 5.0g Prot 4.5g Lip 6.2g Hc (7)
Pan 1,3,7,6,11,8,5	Pan 1,3,7,6,11,8,5	Pan 1,3,7,6,11,8,5	Pan 1,3,7,6,11,8,5	Pan 1,3,7,6,11,8,5	Pan 1,3,7,6,11,8,5	Pan 1,3,7,6,11,8,5

MENU HIPERPRÓTEICO +HIPERCÁLORICO: Su composición dependerá de las necesidades especiales que se requieran, se aumenta la cantidad diaria de proteína (que siempre coincidirá con la proteína diaria de los menús) Además de añadir **AOVE** para aumentar en grasas saludables

MENU DIABÉTICO: Su ingesta corresponderá en la igualación al menú basal. va que la reulación de estos pacientes se realizará diariamente en el



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 91 547 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 8	MARTES 9	MIÉRCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12	SÁBADO 13	DOMINGO 14
COMIDA						
Triturado de verduras frescas con arroz 344 Kcal 7.7g Prot 5.8g Lip 61.2g Hc	Triturado de verduras frescas con garbanzos 401 Kcal 14.4g Prot 13.8g Lip 47.5g Hc	Ensalada campera (atún, huevo y aceituna) 216 Kcal 9.2g Prot 10.5g Lip 19.7g Hc 3,4,14	Salmorejo 71 Kcal 1.2g Prot 5.2g Lip 4.5g Hc 14	Triturado de verduras frescas con pasta entera 336 Kcal 10.6g Prot 6.2g Lip 56.8g Hc 1	Patatas estofadas con verduras (j.verde y pimiento) 154 Kcal 3.2g Prot 5.4g Lip 20.2g Hc 14	Salmorejo 71 Kcal 1.2g Prot 5.2g Lip 4.5g Hc 14
Huevo frito 235 Kcal 11.4g Prot 20.9g Lip 0.6g Hc 3	Merluza en salsa menier 161 Kcal 16.9g Prot 7.1g Lip 7.5g Hc 1,4	Albóndigas mixtas en salsa 289 Kcal 8.3g Prot 14.1g Lip 14.0g Hc	Pastel de carne casero con puré de patata gratinado 366 Kcal 14.1g Prot 20.6g Lip 28.9g Hc 7	Limanda al perejil 140 Kcal 16.0g Prot 5.2g Lip 0.9g Hc 4	Lomo de sajonia en salsa 194 Kcal 10.1g Prot 9.3g Lip 10.6g Hc 6	Pastel de carne casero con puré de patata gratinado 366 Kcal 14.1g Prot 20.6g Lip 28.9g Hc 7
Patatas fritas 137 Kcal 1.5g Prot 10.1g Lip 10.8g Hc 14	Dados de calabaza 78 Kcal 2.3g Prot 5.3g Lip 5.5g Hc 1	Jardinera de verduras 80 Kcal 1.8g Prot 5.3g Lip 4.7g Hc	Champiñón salteado 60 Kcal 1.1g Prot 5.2g Lip 2.5g Hc	Patatas asadas al horno 89 Kcal 1.4g Prot 5.1g Lip 8.9g Hc 14	Champiñón salteado 60 Kcal 1.1g Prot 5.2g Lip 2.5g Hc	Zanahoria salteada 61 Kcal 0.5g Prot 5.0g Lip 2.9g Hc
Compota de fruta sin azúcares añadidos 65 Kcal 5.0g Prot 1.0g Lip 14.1g Hc	Compota de fruta sin azúcares añadidos 65 Kcal 5.0g Prot 1.0g Lip 14.1g Hc	Compota de fruta sin azúcares añadidos 65 Kcal 5.0g Prot 1.0g Lip 14.1g Hc	Compota de fruta sin azúcares añadidos 65 Kcal 5.0g Prot 1.0g Lip 14.1g Hc	Compota de fruta sin azúcares añadidos 65 Kcal 5.0g Prot 1.0g Lip 14.1g Hc	Compota de fruta sin azúcares añadidos 65 Kcal 5.0g Prot 1.0g Lip 14.1g Hc	Compota de fruta sin azúcares añadidos 65 Kcal 5.0g Prot 1.0g Lip 14.1g Hc
Pan 1,3,7,6,11,8,5	Pan 1,3,7,6,11,8,5	Pan 1,3,7,6,11,8,5	Pan 1,3,7,6,11,8,5	Pan 1,3,7,6,11,8,5	Pan 1,3,7,6,11,8,5	Pan 1,3,7,6,11,8,5
CENA						
Crema de verduras (calabacín,acelga y zanahoria) 140 Kcal 3.2g Prot 5.3g Lip 17.1g Hc (14)	Triturado de verduras frescas con pasta fina 233 Kcal 6.7g Prot 5.8g Lip 34.9g Hc (1)	Huevos rellenos 224 Kcal 15.8g Prot 18.2g Lip 2.2g Hc (3,4,6)	Triturado de verduras frescas 270 Kcal 6.1g Prot 10.5g Lip 33.0g Hc	Coliflor al queso gratinada 118 Kcal 6.8g Prot 8.6g Lip 3.4g Hc (7)	Crema de calabaza 134 Kcal 2.9g Prot 5.3g Lip 17.7g Hc (14)	Triturado de verduras frescas 270 Kcal 6.1g Prot 10.5g Lip 33.0g Hc
Lomo de sajonia en salsa 194 Kcal 10.1g Prot 9.3g Lip 10.6g Hc (6)	Hamburguesa de pollo en salsa 179 Kcal 13.7g Prot 11.3g Lip 5.3g Hc (6,14)	Bacalao al horno 123 Kcal 17.2g Prot 5.7g Lip 1.3g Hc (4)	Tortilla francesa 191 Kcal 6.5g Prot 12.1g Lip 14.2g Hc (3)	Longanizas de pollo al horno 282 Kcal 12.2g Prot 23.9g Lip 4.9g Hc (14)	Pastel vegetal casero 321 Kcal 14.7g Prot 17.8g Lip 25.3g Hc (1,3,4,6)	Abadejo en salsa 171 Kcal 19.5g Prot 6.0g Lip 7.8g Hc (1,4)
Zanahoria asada 75 Kcal 0.7g Prot 5.2g Lip 3.9g Hc	Calabacín salteado 60 Kcal 1.0g Prot 5.3g Lip 1.7g Hc	Patatas al vapor 93 Kcal 1.4g Prot 5.1g Lip 9.2g Hc (14)	Panadera de calabaza 65 Kcal 1.7g Prot 5.2g Lip 2.7g Hc	Berenjena a la plancha 74 Kcal 1.1g Prot 5.3g Lip 5.7g Hc	Patatas fritas 137 Kcal 1.5g Prot 10.1g Lip 10.8g Hc (14)	Calabacín a la plancha 52 Kcal 1.3g Prot 4.4g Lip 1.4g Hc
Yogur sabor 101 Kcal 3.7g Prot 2.3g Lip 15.4g Hc (7)	Yogur natural 90 Kcal 5.0g Prot 4.5g Lip 6.2g Hc (7)	Postre casero 108 Kcal 2.5g Prot 2.1g Lip 19.4g Hc (1,3,6,7)	Yogur natural 90 Kcal 5.0g Prot 4.5g Lip 6.2g Hc (7)	Yogur sabor 101 Kcal 3.7g Prot 2.3g Lip 15.4g Hc (7)	Cuajada 122 Kcal 6.4g Prot 6.9g Lip 8.7g Hc (7)	Yogur sabor 101 Kcal 3.7g Prot 2.3g Lip 15.4g Hc (7)
Pan 1,3,7,6,11,8,5	Pan 1,3,7,6,11,8,5	Pan 1,3,7,6,11,8,5	Pan 1,3,7,6,11,8,5	Pan 1,3,7,6,11,8,5	Pan 1,3,7,6,11,8,5	Pan 1,3,7,6,11,8,5

MENU HIPERPRÓTEICO +HIPERCÁLORICO: Su composición dependerá de las necesidades especiales que se requieran, se aumenta la cantidad diaria de proteína (que siempre coincidirá con la proteína diaria de los menús) Además de añadir **AOVE** para aumentar en grasas saludables

MENU DIABETICO: Su ingesta corresponderá en la igualación al menú basal. va que la reulación de estos pacientes se realizará diariamente en el



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 91 547 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 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19	SÁBADO 20	DOMINGO 21
COMIDA						
Ensaladilla rusa 243 Kcal 6.1g Prot 16.6g Lip 17.5g Hc 3,4,6	Crema de calabacín 130 Kcal 3.2g Prot 5.3g Lip 16.1g Hc 14	Triturado de verduras frescas con arroz 344 Kcal 7.7g Prot 5.8g Lip 61.2g Hc	Patatas estofadas con verduras 152 Kcal 3.0g Prot 5.3g Lip 20.0g Hc 14	Triturados de verduras frescas con lentejas 380 Kcal 16.9g Prot 11.4g Lip 43.7g Hc	Salmorejo 71 Kcal 1.2g Prot 5.2g Lip 4.5g Hc 14	Triturado de verduras frescas con garbanzos 401 Kcal 14.4g Prot 13.8g Lip 47.5g Hc
Lomo de sajonia en salsa 194 Kcal 10.1g Prot 9.3g Lip 10.6g Hc 6	Pastel de carne casero con puré de patata gratinado 366 Kcal 14.1g Prot 20.6g Lip 28.9g Hc 7	Palometa con tomate 145 Kcal 18.3g Prot 6.9g Lip 3.0g Hc 4	Longanizas de pollo al horno 282 Kcal 12.2g Prot 23.9g Lip 4.9g Hc 14	Tortilla francesa gratinada con queso y orégano 226 Kcal 9.5g Prot 14.5g Lip 14.5g Hc 3,7	Hamburguesa de pollo en salsa 179 Kcal 13.7g Prot 11.3g Lip 5.3g Hc 6,14	Rape en salsa marinera 141 Kcal 16.1g Prot 6.8g Lip 2.1g Hc 4
Panaché de verduras 54 Kcal 1.2g Prot 2.2g Lip 6.7g Hc 14	Dados de calabaza 78 Kcal 2.3g Prot 5.3g Lip 5.5g Hc 1	Patatas dado 133 Kcal 1.3g Prot 10.1g Lip 9.1g Hc 14	Zanahoria aliñada 81 Kcal 1.0g Prot 4.2g Lip 5.6g Hc 14	Calabacín salteado 60 Kcal 1.0g Prot 5.3g Lip 1.7g Hc	Asadillo de pimientos 60 Kcal 0.5g Prot 5.1g Lip 2.7g Hc	Patatas a lo pobre 154 Kcal 1.6g Prot 10.2g Lip 10.7g Hc 14
Compota de fruta sin azúcares añadidos 65 Kcal 5.0g Prot 1.0g Lip 14.1g Hc	Compota de fruta sin azúcares añadidos 65 Kcal 5.0g Prot 1.0g Lip 14.1g Hc	Compota de fruta sin azúcares añadidos 65 Kcal 5.0g Prot 1.0g Lip 14.1g Hc	Compota de fruta sin azúcares añadidos 65 Kcal 5.0g Prot 1.0g Lip 14.1g Hc	Compota de fruta sin azúcares añadidos 65 Kcal 5.0g Prot 1.0g Lip 14.1g Hc	Compota de fruta sin azúcares añadidos 65 Kcal 5.0g Prot 1.0g Lip 14.1g Hc	Compota de fruta sin azúcares añadidos 65 Kcal 5.0g Prot 1.0g Lip 14.1g Hc
Pan 1,3,7,6,11,8,5	Pan 1,3,7,6,11,8,5	Pan 1,3,7,6,11,8,5	Pan 1,3,7,6,11,8,5	Pan 1,3,7,6,11,8,5	Pan 1,3,7,6,11,8,5	Pan 1,3,7,6,11,8,5
CENA						
Crema de judías verdes 137 Kcal 3.2g Prot 5.4g Lip 17.7g Hc (14)	Triturado de verduras frescas con pasta fina 233 Kcal 6.7g Prot 5.8g Lip 34.9g Hc (1)	Berenjenas a la miel 342 Kcal 3.6g Prot 22.5g Lip 30.7g Hc (1)	Vichyssoise 149 Kcal 2.9g Prot 7.5g Lip 16.8g Hc (7,14)	Triturado de verduras frescas 270 Kcal 6.1g Prot 10.5g Lip 33.0g Hc	Espinacas con bechamel 187 Kcal 8.0g Prot 12.4g Lip 10.6g Hc (1,7)	Crema de zanahoria 143 Kcal 2.9g Prot 5.3g Lip 18.1g Hc (14)
Huevos a la villarroy 241 Kcal 5.8g Prot 15.3g Lip 24.4g Hc (1,3,6,7,9,10)	Hamburguesa de pollo en salsa 179 Kcal 13.7g Prot 11.3g Lip 5.3g Hc (6,14)	Tortilla de patata 223 Kcal 6.0g Prot 18.3g Lip 19.9g Hc (3)	Croquetas de bacalao 238 Kcal 3.8g Prot 14.6g Lip 16.5g Hc (1,3,4,6,7)	Lomo de sajonia en salsa 194 Kcal 10.1g Prot 9.3g Lip 10.6g Hc (6)	Sardinillas en aceite 187 Kcal 20.0g Prot 11.9g Lip 0.0g Hc (4)	Empanada casera de ternera 307 Kcal 5.2g Prot 7.7g Lip 4.4g Hc (1)
Queso fresco 135 Kcal 8.0g Prot 10.2g Lip 2.8g Hc (7)	Zanahoria asada 75 Kcal 0.7g Prot 5.2g Lip 3.9g Hc	Verduras a la plancha 53 Kcal 0.9g Prot 4.2g Lip 2.7g Hc	Queso fresco con membrillo 184 Kcal 6.5g Prot 3.4g Lip 33.8g Hc (6,7)	Picadillo de verduras 64 Kcal 0.7g Prot 5.1g Lip 2.9g Hc	Champiñón salteado 60 Kcal 1.1g Prot 5.2g Lip 2.5g Hc	
Yogur natural 90 Kcal 5.0g Prot 4.5g Lip 6.2g Hc (7)	Yogur sabor 101 Kcal 3.7g Prot 2.3g Lip 15.4g Hc (7)	Postre casero 108 Kcal 2.5g Prot 2.1g Lip 19.4g Hc (1,3,6,7)	Yogur sabor 101 Kcal 3.7g Prot 2.3g Lip 15.4g Hc (7)	Yogur natural 90 Kcal 5.0g Prot 4.5g Lip 6.2g Hc (7)	Flan de huevo 121 Kcal 4.3g Prot 1.8g Lip 22.1g Hc (3,7)	Yogur natural 90 Kcal 5.0g Prot 4.5g Lip 6.2g Hc (7)
Pan 1,3,7,6,11,8,5	Pan 1,3,7,6,11,8,5	Pan 1,3,7,6,11,8,5	Pan 1,3,7,6,11,8,5	Pan 1,3,7,6,11,8,5	Pan 1,3,7,6,11,8,5	Pan 1,3,7,6,11,8,5

MENU HIPERPRÓTEICO +HIPERCÁLORICO: Su composición dependerá de las necesidades especiales que se requieran, se aumenta la cantidad diaria de proteína (que siempre coincidirá con la proteína diaria de los menús) Además de añadir **AOVE** para aumentar en grasas saludables

MENU DIABÉTICO: Su ingesta corresponderá en la igualación al menú basal. va aue la reulación de estos pacientes se realizará diariamente en el



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 91 547 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 22	MARTES 23	MIÉRCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26	SÁBADO 27	DOMINGO 28
COMIDA						
Patatas ali-oli 187 Kcal 2.9g Prot 10.0g Lip 18.8g Hc 3,6,14	Triturado de verduras frescas con pasta entera 336 Kcal 10.6g Prot 6.2g Lip 56.8g Hc 1	Triturado de verduras frescas con alubias blancas 359 Kcal 16.1g Prot 11.2g Lip 52.4g Hc 6	Crema de calabaza 134 Kcal 2.9g Prot 5.3g Lip 17.7g Hc 14	Salmorejo 71 Kcal 1.2g Prot 5.2g Lip 4.5g Hc 14	Crema de judías verdes 137 Kcal 3.2g Prot 5.4g Lip 17.7g Hc 14	Triturado de verduras frescas con garbanzos 401 Kcal 14.4g Prot 13.8g Lip 47.5g Hc
Hamburguesa de pollo en salsa 179 Kcal 13.7g Prot 11.3g Lip 5.3g Hc 6,14	Merluza en salsa verde 151 Kcal 16.8g Prot 7.1g Lip 4.8g Hc 1,4	Croquetas de jamón 274 Kcal 4.5g Prot 19.0g Lip 20.0g Hc 1,3,6,7	Albóndigas mixtas en salsa de tomate 262 Kcal 7.3g Prot 12.9g Lip 13.0g Hc	Lacón a la plancha 210 Kcal 17.2g Prot 11.7g Lip 8.9g Hc	Longanizas frescas al horno 231 Kcal 9.7g Prot 21.0g Lip 1.4g Hc 6,14	Salmón en salsa de pimientos 241 Kcal 19.2g Prot 15.0g Lip 7.2g Hc 4
Tomate asado 57 Kcal 0.5g Prot 5.1g Lip 2.0g Hc	Verduras variadas 70 Kcal 1.4g Prot 4.2g Lip 5.6g Hc 14	Asadillo de pimientos 60 Kcal 0.5g Prot 5.1g Lip 2.7g Hc	Patatas panadera 150 Kcal 1.4g Prot 10.1g Lip 10.1g Hc 14	Panaché de verduras 54 Kcal 1.2g Prot 2.2g Lip 6.7g Hc 14	Patatas dado 133 Kcal 1.3g Prot 10.1g Lip 9.1g Hc 14	Panadera de calabaza 65 Kcal 1.7g Prot 5.2g Lip 2.7g Hc
Compota de fruta sin azúcares añadidos 65 Kcal 5.0g Prot 1.0g Lip 14.1g Hc	Compota de fruta sin azúcares añadidos 65 Kcal 5.0g Prot 1.0g Lip 14.1g Hc	Compota de fruta sin azúcares añadidos 65 Kcal 5.0g Prot 1.0g Lip 14.1g Hc	Compota de fruta sin azúcares añadidos 65 Kcal 5.0g Prot 1.0g Lip 14.1g Hc	Compota de fruta sin azúcares añadidos 65 Kcal 5.0g Prot 1.0g Lip 14.1g Hc	Compota de fruta sin azúcares añadidos 65 Kcal 5.0g Prot 1.0g Lip 14.1g Hc	Compota de fruta sin azúcares añadidos 65 Kcal 5.0g Prot 1.0g Lip 14.1g Hc
Pan 1,3,7,6,11,8,5	Pan 1,3,7,6,11,8,5	Pan 1,3,7,6,11,8,5	Pan 1,3,7,6,11,8,5	Pan 1,3,7,6,11,8,5	Pan 1,3,7,6,11,8,5	Pan 1,3,7,6,11,8,5
CENA						
Triturado de verduras frescas con pasta fina 233 Kcal 6.7g Prot 5.8g Lip 34.9g Hc (1)	Crema de zanahoria 143 Kcal 2.9g Prot 5.3g Lip 18.1g Hc (14)	Calabacín en tempura al horno 308 Kcal 3.6g Prot 23.1g Lip 21.7g Hc (1)	Ensaladilla rusa 243 Kcal 6.1g Prot 16.6g Lip 17.5g Hc (3,4,6)	Crema de verduras (calabacín, acelga y zanahoria) 140 Kcal 3.2g Prot 5.3g Lip 17.1g Hc (14)	Triturado de verduras frescas con pasta fina 233 Kcal 6.7g Prot 5.8g Lip 34.9g Hc (1)	Crema de puerro 127 Kcal 2.7g Prot 5.2g Lip 16.0g Hc (14)
Revuelto de setas y gambas 139 Kcal 10.1g Prot 10.5g Lip 0.3g Hc (2,3,14)	Lomo de sajonia en salsa 194 Kcal 10.1g Prot 9.3g Lip 10.6g Hc (6)	Huevos rellenos 224 Kcal 15.8g Prot 18.2g Lip 2.2g Hc (3,4,6)	Merluza al horno 130 Kcal 16.0g Prot 7.0g Lip 0.8g Hc (4)	Tortilla de calabacín y patata 218 Kcal 12.6g Prot 20.2g Lip 27.8g Hc (3)	Merluza en salsa 147 Kcal 16.5g Prot 7.1g Lip 4.3g Hc (1,4)	Lomo de sajonia en salsa 194 Kcal 10.1g Prot 9.3g Lip 10.6g Hc (6)
Queso fresco 135 Kcal 8.0g Prot 10.2g Lip 2.8g Hc (7)	Puré de patatas 72 Kcal 1.7g Prot 3.1g Lip 8.9g Hc (6,7)	Champiñón salteado 60 Kcal 1.1g Prot 5.2g Lip 2.5g Hc	Zanahoria salteada 61 Kcal 0.5g Prot 5.0g Lip 2.9g Hc	Queso fresco con membrillo 184 Kcal 6.5g Prot 3.4g Lip 33.8g Hc (6,7)	Verduras a la plancha 53 Kcal 0.9g Prot 4.2g Lip 2.7g Hc	Patatas al vapor 93 Kcal 1.4g Prot 5.1g Lip 9.2g Hc (14)
Yogur sabor 101 Kcal 3.7g Prot 2.3g Lip 15.4g Hc (7)	Yogur natural 90 Kcal 5.0g Prot 4.5g Lip 6.2g Hc (7)	Postre casero 108 Kcal 2.5g Prot 2.1g Lip 19.4g Hc (1,3,6,7)	Yogur natural 90 Kcal 5.0g Prot 4.5g Lip 6.2g Hc (7)	Yogur sabor 101 Kcal 3.7g Prot 2.3g Lip 15.4g Hc (7)	Natillas de chocolate 122 Kcal 3.2g Prot 3.2g Lip 20.2g Hc (7)	Yogur natural 90 Kcal 5.0g Prot 4.5g Lip 6.2g Hc (7)
Pan 1,3,7,6,11,8,5	Pan 1,3,7,6,11,8,5	Pan 1,3,7,6,11,8,5	Pan 1,3,7,6,11,8,5	Pan 1,3,7,6,11,8,5	Pan 1,3,7,6,11,8,5	Pan 1,3,7,6,11,8,5

MENU HIPERPRÓTEICO +HIPERCÁLORICO: Su composición dependerá de las necesidades especiales que se requieran, se aumenta la cantidad diaria de proteína (que siempre coincidirá con la proteína diaria de los menús) Además de añadir **AOVE** para aumentar en grasas saludables

MENU DIABÉTICO: Su ingesta corresponderá en la igualdad al menú basal. va que la regulación de estos pacientes se realizará diariamente en el



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 91 547 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 29	MARTES 30	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
COMIDA						
Triturado de verduras frescas con arroz 344 Kcal 7.7g Prot 5.8g Lip 61.2g Hc	Salmorejo 71 Kcal 1.2g Prot 5.2g Lip 4.5g Hc 14					
Hamburguesa de pollo en salsa 179 Kcal 13.7g Prot 11.3g Lip 5.3g Hc 6,14	Albóndigas mixtas en salsa 289 Kcal 8.3g Prot 14.1g Lip 14.0g Hc					
Zanahoria asada 75 Kcal 0.7g Prot 5.2g Lip 3.9g Hc	Panadera de calabaza 65 Kcal 1.7g Prot 5.2g Lip 2.7g Hc					
Compota de fruta sin azúcares añadidos 65 Kcal 5.0g Prot 1.0g Lip 14.1g Hc	Compota de fruta sin azúcares añadidos 65 Kcal 5.0g Prot 1.0g Lip 14.1g Hc					
Pan 1,3,7,6,11,8,5	Pan 1,3,7,6,11,8,5					
CENA						
Brócoli gratinado con queso 269 Kcal 5.3g Prot 11.8g Lip 9.0g Hc (7)	Triturado de verduras frescas con pasta fina 233 Kcal 6.7g Prot 5.8g Lip 34.9g Hc (1)					
Caella a la vizcaína 192 Kcal 21.3g Prot 10.1g Lip 2.6g Hc (4)	Huevos al plato 253 Kcal 16.4g Prot 18.9g Lip 4.4g Hc (3,6,7)					
Calabacín salteado 60 Kcal 1.0g Prot 5.3g Lip 1.7g Hc	Patatas dado 133 Kcal 1.3g Prot 10.1g Lip 9.1g Hc (14)					
Yogur sabor 101 Kcal 3.7g Prot 2.3g Lip 15.4g Hc (7)	Yogur natural 90 Kcal 5.0g Prot 4.5g Lip 6.2g Hc (7)					
Pan 1,3,7,6,11,8,5	Pan 1,3,7,6,11,8,5					

MENU HIPERPRÓTEICO +HIPERCÁLORICO: Su composición dependerá de las necesidades especiales que se requieran, se aumenta la cantidad diaria de proteína (que siempre coincidirá con la proteína diaria de los menús) Además de añadir **AOVE** para aumentar en grasas saludables

MENU DIABETICO: Su ingesta corresponderá en la igualación al menú basal. va que la reulación de estos pacientes se realizará diariamente en el



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 91 547 46 46 c/Oquendo, 23, 4ª planta 28006 Madrid. **M. L (Dietista T.S.Nº2816/ H. C (Nutricionista/ Dietista)/.Col:CYL00366/ R.N (Dietista)**

