

LUNES 1	MARTES 2	MIÉRCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5	SÁBADO 6	DOMINGO 7
COMIDA						
Lentejas hortelana con verduras 241 Kcal 13.6g Prot 6.1g Lip 27.1g Hc 14	Coditos con verduras (zanahoria, calabacín y pimiento rojo) 219 Kcal 7.1g Prot 3.2g Lip 39.0g Hc	Ensaladilla rusa 243 Kcal 6.1g Prot 16.6g Lip 17.5g Hc 3,4,6	Champiñón al ajillo 159 Kcal 10.9g Prot 7.0g Lip 1.9g Hc 14	Verduras variadas rehogadas 142 Kcal 3.8g Prot 5.6g Lip 14.7g Hc 14	Crema de zanahoria 143 Kcal 2.9g Prot 5.3g Lip 18.1g Hc 14	Alubias blancas guisadas 329 Kcal 15.6g Prot 16.4g Lip 35.1g Hc 6,7,14
Limanda al horno 140 Kcal 16.0g Prot 5.2g Lip 0.8g Hc 4	Tortilla de calabacín y patata 218 Kcal 12.6g Prot 20.2g Lip 27.8g Hc 3	Contramuslo de pollo estofado 160 Kcal 20.3g Prot 6.2g Lip 2.7g Hc	Lomo de cerdo a la madrileña 246 Kcal 16.7g Prot 18.1g Lip 4.8g Hc 1,3	Abadejo a la romana casero 215 Kcal 18.9g Prot 11.7g Lip 7.1g Hc 1,3,4	Ragout de ternera en salsa 201 Kcal 24.8g Prot 13.3g Lip 3.5g Hc	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	Verduras variadas 70 Kcal 1.4g Prot 4.2g Lip 5.6g Hc 14	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	Patatas dado 133 Kcal 1.3g Prot 10.1g Lip 9.1g Hc 14	Asadillo de pimientos 60 Kcal 0.5g Prot 5.1g Lip 2.7g Hc
Fruta de temporada 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g Hc	Fruta de temporada 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g Hc	Fruta de temporada 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g Hc	Fruta de temporada 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g Hc	Fruta de temporada 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g Hc	Fruta de temporada 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g Hc	Fruta de temporada 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g 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	Sopa de ave con fideos 196 Kcal 10.3g Prot 9.7g Lip 14.9g Hc (1,3)	Berenjenas a la miel 342 Kcal 3.6g Prot 22.5g Lip 30.7g Hc (1)	Crema de verduras frescas 100 Kcal 2.8g Prot 2.4g Lip 15.6g Hc (14)	Sopa juliana 143 Kcal 0.9g Prot 5.2g Lip 4.7g Hc (9)
Cordon bleu 329 Kcal 13.8g Prot 23.8g Lip 15.0g Hc (1,7)	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)	Filete de pollo en salsa 173 Kcal 20.7g Prot 6.3g Lip 4.8g Hc (1)	Tortilla de patata 223 Kcal 6.0g Prot 18.3g Lip 19.9g Hc (3)	Flamenquines 362 Kcal 10.0g Prot 23.2g Lip 28.8g Hc (1,6,7)
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 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)
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

MENÚ 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

MENÚ DIABÉTICO: Su inesta 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						
Fideuá de verduras 253 Kcal 7.3g Prot 6.3g Lip 40.2g Hc 1	Potaje de garbanzos con verduras 260 Kcal 10.8g Prot 8.8g Lip 29.9g Hc 14	Ensalada campera (atún, huevo y aceituna) 216 Kcal 9.2g Prot 10.5g Lip 19.7g Hc 3,4,14	Crema de zanahoria 143 Kcal 2.9g Prot 5.3g Lip 18.1g Hc 14	Macarrones carbonara 314 Kcal 11.2g Prot 11.4g Lip 41.7g Hc 1,6,7	Patatas estofadas con verduras 152 Kcal 3.0g Prot 5.3g Lip 20.0g Hc 14	Huevos a la jardinera con verduras 188 Kcal 12.4g Prot 14.9g Lip 3.9g Hc 3
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	Jamonicitos de pollo en salsa de verduras 323 Kcal 49.9g Prot 32.0g Lip 2.9g Hc 1	Limanda al horno 140 Kcal 16.0g Prot 5.2g Lip 0.8g Hc 4	Carrillada de cerdo estofada 364 Kcal 17.8g Prot 28.2g Lip 5.5g Hc 1,14	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	Verduras variadas 70 Kcal 1.4g Prot 4.2g Lip 5.6g Hc 14	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
Fruta de temporada 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g Hc	Fruta de temporada 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g Hc	Fruta de temporada 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g Hc	Fruta de temporada 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g Hc	Fruta de temporada 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g Hc	Fruta de temporada 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g Hc	Fruta de temporada 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g 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 frescas 100 Kcal 2.8g Prot 2.4g Lip 15.6g Hc (14)	Sopa de ave con fideos 196 Kcal 10.3g Prot 9.7g Lip 14.9g Hc (1,3)	Huevos rellenos 224 Kcal 15.8g Prot 18.2g Lip 2.2g Hc (3,4,6)	Sopa marinera 122 Kcal 3.6g Prot 5.7g Lip 13.7g Hc (1,2,4,12,14)	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)	Sopa juliana 143 Kcal 0.9g Prot 5.2g Lip 4.7g Hc (9)
Lomo de sajonia en salsa 194 Kcal 10.1g Prot 9.3g Lip 10.6g Hc (6)	Filete de pollo en salsa 173 Kcal 20.7g Prot 6.3g Lip 4.8g Hc (1)	Bacalao empanado 220 Kcal 6.7g Prot 12.5g Lip 20.7g Hc (1,4)	Tortilla francesa 191 Kcal 6.5g Prot 12.1g Lip 14.2g Hc (3)	Filete de pavo en salsa 156 Kcal 15.3g Prot 7.3g Lip 5.5g Hc (1)	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 chips 81 Kcal 1.0g Prot 5.2g Lip 7.4g Hc	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

MENÚ 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

MENÚ DIABÉTICO: Su inesta 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	Verduras variadas rehogadas 142 Kcal 3.8g Prot 5.6g Lip 14.7g Hc 14	Patatas estofadas con verduras 152 Kcal 3.0g Prot 5.3g Lip 20.0g Hc 14	Lentejas guisadas (chorizo) 324 Kcal 18.1g Prot 14.9g Lip 27.3g Hc 6,7,14	Pisto de verduras 114 Kcal 2.2g Prot 7.2g Lip 9.3g Hc	Garbanzos con callos 440 Kcal 27.6g Prot 14.1g Lip 44.5g Hc 1
Morcillo guisado 181 Kcal 17.0g Prot 26.1g Lip 1.7g Hc	Lasaña de carne 266 Kcal 11.5g Prot 8.5g Lip 32.6g Hc 1,6,7,9	Palometa al horno 123 Kcal 18.1g Prot 5.8g Lip 0.3g Hc 4	Jamonicos de pollo en salsa de verduras 323 Kcal 49.9g Prot 32.0g Lip 2.9g Hc 1	Tortilla francesa gratinada con queso y orégano 226 Kcal 9.5g Prot 14.5g Lip 14.5g Hc 3,7	Contramuslo de pollo estofado 160 Kcal 20.3g Prot 6.2g Lip 2.7g Hc	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
Fruta de temporada 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g Hc	Fruta de temporada 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g Hc	Fruta de temporada 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g Hc	Fruta de temporada 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g Hc	Fruta de temporada 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g Hc	Fruta de temporada 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g Hc	Fruta de temporada 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g 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						
Champiñón al ajillo 159 Kcal 10.9g Prot 7.0g Lip 1.9g Hc (14)	Sopa de estrellas 194 Kcal 10.1g Prot 9.7g Lip 14.8g Hc (1,3)	Berenjenas a la miel 342 Kcal 3.6g Prot 22.5g Lip 30.7g Hc (1)	Crema de verduras frescas 100 Kcal 2.8g Prot 2.4g Lip 15.6g Hc (14)	Sopa marinera 122 Kcal 3.6g Prot 5.7g Lip 13.7g Hc (1,2,4,12,14)	Crema de calabacín 130 Kcal 3.2g Prot 5.3g Lip 16.1g Hc (14)	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)	Filete de pollo en salsa 173 Kcal 20.7g Prot 6.3g Lip 4.8g Hc (1)	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 15.5g Hc (1,3,4,6,7)	Cinta de lomo en salsa 170 Kcal 14.8g Prot 12.2g Lip 0.8g Hc	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 135 Kcal 8.0g Prot 10.2g Lip 2.8g Hc (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

MENÚ 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

MENÚ DIABÉTICO: Su inaesta corresponderá en la igualación al menú basal. va aue la reaulación 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	Macarrones salteados con verduras 265 Kcal 8.2g Prot 6.1g Lip 45.0g Hc 1	Potaje de alubias blancas con verduras 233 Kcal 11.9g Prot 5.9g Lip 35.8g Hc 14	Crema de calabaza 134 Kcal 2.9g Prot 5.3g Lip 17.7g Hc 14	Guiso de verduras 128 Kcal 3.5g Prot 5.6g Lip 14.1g Hc 1	Champiñón salteado 60 Kcal 1.1g Prot 5.2g Lip 2.5g Hc	Garbanzos con verduras 226 Kcal 10.7g Prot 5.4g Lip 29.0g Hc 14
Pollo asado en su jugo en salsa 286 Kcal 36.7g Prot 15.2g Lip 0.5g Hc	Merluza en salsa 147 Kcal 16.5g Prot 7.1g Lip 4.3g 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 289 Kcal 8.3g Prot 14.1g Lip 14.0g Hc	San Jacobo 280 Kcal 7.8g Prot 16.0g Lip 26.5g Hc 1,6,7	Estofado de cerdo con verduras 222 Kcal 22.8g Prot 7.2g Lip 3.6g Hc 1	Salmón en salsa de pimientos 241 Kcal 19.2g Prot 15.0g Lip 7.2g Hc 4
Zanahoria asada 75 Kcal 0.7g Prot 5.2g Lip 3.9g 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
Fruta de temporada 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g Hc	Fruta de temporada 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g Hc	Fruta de temporada 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g Hc	Fruta de temporada 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g Hc	Fruta de temporada 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g Hc	Fruta de temporada 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g Hc	Fruta de temporada 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g 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						
Sopa de estrellas 194 Kcal 10.1g Prot 9.7g Lip 14.8g Hc (1,3)	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 frescas 100 Kcal 2.8g Prot 2.4g Lip 15.6g Hc (14)	Sopa de ave con fideos 196 Kcal 10.3g Prot 9.7g Lip 14.9g Hc (1,3)	Crema de calabacín 130 Kcal 3.2g Prot 5.3g Lip 16.1g 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)	Boquerones a la andaluza 278 Kcal 14.0g Prot 18.7g Lip 14.1g Hc (1,3,4)	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)	Cinta de lomo en salsa 170 Kcal 14.8g Prot 12.2g Lip 0.8g Hc
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 135 Kcal 8.0g Prot 10.2g Lip 2.8g Hc (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 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

MENÚ 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

MENÚ 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 29	MARTES 30	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
COMIDA						
Fideuá de verduras 253 Kcal 7.3g Prot 6.3g Lip 40.2g Hc 1	Crema de zanahoria 143 Kcal 2.9g Prot 5.3g Lip 18.1g Hc 14					
Contramuslo de pollo asado al limón 148 Kcal 20.0g Prot 6.2g Lip 1.5g Hc	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					
Fruta de temporada 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g Hc	Fruta de temporada 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g Hc					
Pan 1,3,7,6,11,8,5	Pan 1,3,7,6,11,8,5					
CENA						
Crema de verduras frescas 100 Kcal 2.8g Prot 2.4g Lip 15.6g Hc (14)	Sopa de estrellas 194 Kcal 10.1g Prot 9.7g Lip 14.8g Hc (1,3)					
Caella a la vizcaína 192 Kcal 21.3g Prot 10.1g Lip 2.6g Hc (4)	*Huevos al plato 213 Kcal 15.5g Prot 15.2g Lip 3.4g Hc (3)					
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 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)

