

LUNES 1	MARTES 2	MIÉRCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5	SÁBADO 6	DOMINGO 7
<b>COMIDA</b>						
<b>Lentejas hortelana con verduras</b> 241 Kcal 13.6g Prot 6.1g Lip 27.1g Hc 14	<b>*Espirales con salsa de tomate</b> 230 Kcal 0.6g Prot 1.9g Lip 7.8g Hc	<b>Ensaladilla rusa</b> 243 Kcal 6.1g Prot 16.6g Lip 17.5g Hc 3,4,6	<b>Judías verdes aliñadas</b> 125 Kcal 3.8g Prot 5.7g Lip 13.1g Hc 14	<b>Menestra de verduras</b> 110 Kcal 3.4g Prot 5.5g Lip 8.8g Hc	<b>Gazpacho andaluz</b> 81 Kcal 1.5g Prot 5.2g Lip 5.9g Hc 14	<b>Alubias blancas guisadas</b> 329 Kcal 15.6g Prot 16.4g Lip 35.1g Hc 6,7,14
<b>*Limanda en salsa verde</b> 181 Kcal 16.3g Prot 5.3g Lip 10.4g Hc 4	<b>Tortilla de calabacín y patata</b> 218 Kcal 12.6g Prot 20.2g Lip 27.8g Hc 3	<b>Contramuslo de pollo estofado</b> 160 Kcal 20.3g Prot 6.2g Lip 2.7g Hc	<b>*Cinta de lomo empanada</b> 190 Kcal 16.3g Prot 10.1g Lip 8.6g Hc	<b>*Abadejo a la andaluza</b> 212 Kcal 18.4g Prot 10.9g Lip 8.6g Hc 4	<b>Ragout de ternera en salsa</b> 201 Kcal 24.8g Prot 13.3g Lip 3.5g Hc	<b>Bacalao al ajillo</b> 152 Kcal 24.0g Prot 6.0g Lip 1.5g Hc 4,14
<b>Tomate aliñado</b> 52 Kcal 0.3g Prot 5.1g Lip 1.1g Hc 14	<b>Ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas verdes</b> 62 Kcal 0.5g Prot 6.1g Lip 1.1g Hc 14	<b>Jardinera de verduras</b> 80 Kcal 1.8g Prot 5.3g Lip 4.7g Hc	<b>Patatas fritas</b> 137 Kcal 1.5g Prot 10.1g Lip 10.8g Hc 14	<b>Ensalada de lechuga y pepino</b> 55 Kcal 0.5g Prot 5.2g Lip 0.7g Hc 14	<b>Patatas dado</b> 133 Kcal 1.3g Prot 10.1g Lip 9.1g Hc 14	<b>Asadillo de pimientos</b> 60 Kcal 0.5g Prot 5.1g Lip 2.7g Hc
<b>Fruta de temporada</b> 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g Hc	<b>Fruta de temporada</b> 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g Hc	<b>Fruta de temporada</b> 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g Hc	<b>Fruta de temporada</b> 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g Hc	<b>Fruta de temporada</b> 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g Hc	<b>Fruta de temporada</b> 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g Hc	<b>Fruta de temporada</b> 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g Hc
<b>Pan sin alergenicos</b>	<b>Pan sin alergenicos</b>	<b>Pan sin alergenicos</b>	<b>Pan sin alergenicos</b>	<b>Pan sin alergenicos</b>	<b>Pan sin alergenicos</b>	<b>Pan sin alergenicos</b>
<b>CENA</b>						
<b>Salteado campestre de verduras</b> 132 Kcal 3.4g Prot 5.0g Lip 7.5g Hc	<b>Crema de calabaza</b> 134 Kcal 2.9g Prot 5.3g Lip 17.7g Hc (14)	<b>Coliflor al ajoarriero</b> 90 Kcal 3.6g Prot 6.1g Lip 4.9g Hc	<b>*Sopa de ave</b> 178 Kcal 9.3g Prot 6.6g Lip 16.9g Hc	<b>Guisantes con jamón</b> 156 Kcal 8.9g Prot 6.0g Lip 14.4g Hc	<b>Vichyssoise</b> 149 Kcal 2.9g Prot 7.5g Lip 16.8g Hc (7,14)	<b>Sopa juliana</b> 143 Kcal 0.9g Prot 5.2g Lip 4.7g Hc (9)
<b>*Filete de pollo en salsa</b> 146 Kcal 20.5g Prot 3.3g Lip 5.1g Hc	<b>Lacón al horno</b> 237 Kcal 17.2g Prot 14.7g Lip 8.9g Hc	<b>Merluza al horno</b> 130 Kcal 16.0g Prot 7.0g Lip 0.8g Hc (4)	<b>Tortilla con queso</b> 172 Kcal 11.9g Prot 13.6g Lip 0.5g Hc (3,7)	<b>*Filete de pollo en salsa</b> 146 Kcal 20.5g Prot 3.3g Lip 5.1g Hc	<b>Tortilla de patata</b> 223 Kcal 6.0g Prot 18.3g Lip 19.9g Hc (3)	<b>Cinta de lomo en salsa</b> 170 Kcal 14.8g Prot 12.2g Lip 0.8g Hc
<b>Ensalada de lechuga y maíz</b> 60 Kcal 0.5g Prot 5.4g Lip 0.6g Hc (14)	<b>Patatas salteadas con pimentón</b> 104 Kcal 1.3g Prot 5.1g Lip 9.7g Hc (14)	<b>Ensalada de lechuga y zanahoria</b> 54 Kcal 0.5g Prot 5.2g Lip 1.0g Hc (14)	<b>Calabacín salteado</b> 60 Kcal 1.0g Prot 5.3g Lip 1.7g Hc	<b>Zanahoria aliñada</b> 81 Kcal 1.0g Prot 4.2g Lip 5.6g Hc (14)	<b>Queso fresco con membrillo</b> 184 Kcal 6.5g Prot 3.4g Lip 33.8g Hc (6,7)	<b>Ensalada variada</b> 64 Kcal 0.8g Prot 4.2g Lip 3.7g Hc (14)
<b>Yogur natural</b> 90 Kcal 5.0g Prot 4.5g Lip 6.2g Hc (7)	<b>Yogur sabor</b> 101 Kcal 3.7g Prot 2.3g Lip 15.4g Hc (7)	<b>Yogur natural</b> 90 Kcal 5.0g Prot 4.5g Lip 6.2g Hc (7)	<b>Yogur sabor</b> 101 Kcal 3.7g Prot 2.3g Lip 15.4g Hc (7)	<b>Yogur natural</b> 90 Kcal 5.0g Prot 4.5g Lip 6.2g Hc (7)	<b>Natillas</b> 133 Kcal 4.2g Prot 3.5g Lip 21.4g Hc (7)	<b>Yogur natural</b> 90 Kcal 5.0g Prot 4.5g Lip 6.2g Hc (7)
<b>Pan sin alergenicos</b>	<b>Pan sin alergenicos</b>	<b>Pan sin alergenicos</b>	<b>Pan sin alergenicos</b>	<b>Pan sin alergenicos</b>	<b>Pan sin alergenicos</b>	<b>Pan sin alergenicos</b>

**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](mailto: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
<b>COMIDA</b>						
<b>Arroz con salsa de tomate</b> 292 Kcal 4.8g Prot 6.6g Lip 52.1g Hc	<b>Potaje de garbanzos con verduras</b> 260 Kcal 10.8g Prot 8.8g Lip 29.9g Hc 14	<b>Ensalada campera (atún, huevo y aceituna)</b> 216 Kcal 9.2g Prot 10.5g Lip 19.7g Hc 3,4,14	<b>Gazpacho andaluz</b> 81 Kcal 1.5g Prot 5.2g Lip 5.9g Hc 14	<b>*Macarrones con champiñón</b> 382 Kcal 4.2g Prot 2.8g Lip 40.4g Hc	<b>Patatas estofadas con verduras (j.verde y pimiento)</b> 154 Kcal 3.2g Prot 5.4g Lip 20.2g Hc 14	<b>Salmorejo</b> 71 Kcal 1.2g Prot 5.2g Lip 4.5g Hc 14
<b>Huevo frito</b> 235 Kcal 11.4g Prot 20.9g Lip 0.6g Hc 3	<b>*Merluza al limón</b> 95 Kcal 14.3g Prot 3.8g Lip 0.6g Hc 4	<b>Albóndigas de ternera caseras en salsa</b> 196 Kcal 18.9g Prot 12.5g Lip 2.1g Hc	<b>*Jamoncitos de pollo en salsa</b> 307 Kcal 49.8g Prot 29.0g Lip 5.8g Hc	<b>Limanda al perejil</b> 140 Kcal 16.0g Prot 5.2g Lip 0.9g Hc 4	<b>Carrillada de cerdo estofada</b> 372 Kcal 17.7g Prot 28.2g Lip 7.4g Hc 14	<b>Pastel de carne casero con puré de patata gratinado</b> 366 Kcal 14.1g Prot 20.6g Lip 28.9g Hc 7
<b>Patatas fritas</b> 137 Kcal 1.5g Prot 10.1g Lip 10.8g Hc 14	<b>Ensalada de lechuga, tomate y queso</b> 74 Kcal 2.0g Prot 6.8g Lip 0.9g Hc	<b>Jardinera de verduras</b> 80 Kcal 1.8g Prot 5.3g Lip 4.7g Hc	<b>Arroz pilaf</b> 121 Kcal 1.6g Prot 5.2g Lip 16.7g Hc	<b>Patatas asadas al horno</b> 89 Kcal 1.4g Prot 5.1g Lip 8.9g Hc 14	<b>Champiñón salteado</b> 60 Kcal 1.1g Prot 5.2g Lip 2.5g Hc	<b>Zanahoria salteada</b> 61 Kcal 0.5g Prot 5.0g Lip 2.9g Hc
<b>Fruta de temporada</b> 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g Hc	<b>Fruta de temporada</b> 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g Hc	<b>Fruta de temporada</b> 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g Hc	<b>Fruta de temporada</b> 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g Hc	<b>Fruta de temporada</b> 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g Hc	<b>Fruta de temporada</b> 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g Hc	<b>Fruta de temporada</b> 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g Hc
<b>Pan sin alergenicos</b>	<b>Pan sin alergenicos</b>	<b>Pan sin alergenicos</b>	<b>Pan sin alergenicos</b>	<b>Pan sin alergenicos</b>	<b>Pan sin alergenicos</b>	<b>Pan sin alergenicos</b>
<b>CENA</b>						
<b>Crema de verduras (calabacín, acelga y zanahoria)</b> 140 Kcal 3.2g Prot 5.3g Lip 17.1g Hc (14)	<b>*Sopa de ave con fideos</b> 134 Kcal 9.0g Prot 3.5g Lip 13.1g Hc	<b>Huevos rellenos</b> 224 Kcal 15.8g Prot 18.2g Lip 2.2g Hc (3,4,6)	<b>*Sopa de pescado</b> 135 Kcal 9.1g Prot 3.4g Lip 16.5g Hc (4)	<b>Coliflor al queso gratinada</b> 118 Kcal 6.8g Prot 8.6g Lip 3.4g Hc (7)	<b>Crema de calabaza</b> 134 Kcal 2.9g Prot 5.3g Lip 17.7g Hc (14)	<b>Sopa juliana</b> 143 Kcal 0.9g Prot 5.2g Lip 4.7g Hc (9)
<b>Lomo de sajonia en salsa</b> 194 Kcal 10.1g Prot 9.3g Lip 10.6g Hc (6)	<b>*Filete de pollo en salsa</b> 146 Kcal 20.5g Prot 3.3g Lip 5.1g Hc	<b>Bacalao a la andaluza casera</b> 154 Kcal 17.1g Prot 5.8g Lip 9.1g Hc (4)	<b>Tortilla francesa</b> 191 Kcal 6.5g Prot 12.1g Lip 14.2g Hc (3)	<b>*Filete de pavo en salsa</b> 148 Kcal 15.0g Prot 7.2g Lip 4.4g Hc	<b>Pastel vegetal especial</b> 178 Kcal 1.9g Prot 7.2g Lip 26.4g Hc (14)	<b>Abadejo en salsa</b> 163 Kcal 18.6g Prot 5.0g Lip 9.4g Hc (4)
<b>Ensalada de lechuga y zanahoria</b> 54 Kcal 0.5g Prot 5.2g Lip 1.0g Hc (14)	<b>Guisantes salteados</b> 64 Kcal 1.5g Prot 5.2g Lip 2.6g Hc	<b>Patatas al vapor</b> 93 Kcal 1.4g Prot 5.1g Lip 9.2g Hc (14)	<b>Panadera de calabaza</b> 65 Kcal 1.7g Prot 5.2g Lip 2.7g Hc	<b>Ensalada de lechuga y tomate</b> 54 Kcal 0.5g Prot 5.2g Lip 0.8g Hc (14)	<b>Patatas chips</b> 81 Kcal 1.0g Prot 5.2g Lip 7.4g Hc	<b>Ensalada de lechuga y maíz</b> 60 Kcal 0.5g Prot 5.4g Lip 0.6g Hc (14)
<b>Yogur sabor</b> 101 Kcal 3.7g Prot 2.3g Lip 15.4g Hc (7)	<b>Yogur natural</b> 90 Kcal 5.0g Prot 4.5g Lip 6.2g Hc (7)	<b>Yogur sabor</b> 101 Kcal 3.7g Prot 2.3g Lip 15.4g Hc (7)	<b>Yogur natural</b> 90 Kcal 5.0g Prot 4.5g Lip 6.2g Hc (7)	<b>Yogur sabor</b> 101 Kcal 3.7g Prot 2.3g Lip 15.4g Hc (7)	<b>Cuajada</b> 122 Kcal 6.4g Prot 6.9g Lip 8.7g Hc (7)	<b>Yogur sabor</b> 101 Kcal 3.7g Prot 2.3g Lip 15.4g Hc (7)
<b>Pan sin alergenicos</b>	<b>Pan sin alergenicos</b>	<b>Pan sin alergenicos</b>	<b>Pan sin alergenicos</b>	<b>Pan sin alergenicos</b>	<b>Pan sin alergenicos</b>	<b>Pan sin alergenicos</b>

**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 inaesta corresponderá en la igualación al menú basal. va que 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 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19	SÁBADO 20	DOMINGO 21
<b>COMIDA</b>						
<b>Ensaladilla rusa</b> 243 Kcal 6.1g Prot 16.6g Lip 17.5g Hc 3,4,6	<b>Crema de calabacín</b> 130 Kcal 3.2g Prot 5.3g Lip 16.1g Hc 14	<b>Arroz a la milanesa</b> 320 Kcal 8.6g Prot 9.7g Lip 48.5g Hc 6,14	<b>Patatas con alcachofas guisadas</b> 208 Kcal 5.6g Prot 5.3g Lip 31.5g Hc 14	<b>Lentejas guisadas (chorizo)</b> 324 Kcal 18.1g Prot 14.9g Lip 27.3g Hc 6,7,14	<b>Salmorejo</b> 71 Kcal 1.2g Prot 5.2g Lip 4.5g Hc 14	<b>Garbanzos guisados</b> 357 Kcal 14.9g Prot 18.9g Lip 30.2g Hc 6,7,14
<b>Morcillo guisado</b> 181 Kcal 17.0g Prot 26.1g Lip 1.7g Hc	<b>*Pastel de ternera casero con puré de patata casero</b> 175 Kcal 12.0g Prot 9.4g Lip 9.3g Hc 14	<b>Palometa con tomate</b> 145 Kcal 18.3g Prot 6.9g Lip 3.0g Hc 4	<b>*Jamoncitos de pollo en salsa</b> 307 Kcal 49.8g Prot 29.0g Lip 5.8g Hc	<b>Tortilla francesa gratinada con queso y orégano</b> 226 Kcal 9.5g Prot 14.5g Lip 14.5g Hc 3,7	<b>Contramuslo de pollo estofado</b> 160 Kcal 20.3g Prot 6.2g Lip 2.7g Hc	<b>Rape en salsa marinera</b> 141 Kcal 16.1g Prot 6.8g Lip 2.1g Hc 4
<b>Panaché de verduras</b> 54 Kcal 1.2g Prot 2.2g Lip 6.7g Hc 14	<b>Ensalada de lechuga, zanahoria y tomate</b> 54 Kcal 0.5g Prot 5.2g Lip 0.9g Hc	<b>Patatas dado</b> 133 Kcal 1.3g Prot 10.1g Lip 9.1g Hc 14	<b>Tomate aliñado</b> 52 Kcal 0.3g Prot 5.1g Lip 1.1g Hc 14	<b>Ensalada de lechuga, tomate y maíz</b> 57 Kcal 0.5g Prot 5.3g Lip 0.7g Hc 14	<b>Asadillo de pimientos</b> 60 Kcal 0.5g Prot 5.1g Lip 2.7g Hc	<b>Patatas a lo pobre</b> 154 Kcal 1.6g Prot 10.2g Lip 10.7g Hc 14
<b>Fruta de temporada</b> 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g Hc	<b>Fruta de temporada</b> 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g Hc	<b>Fruta de temporada</b> 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g Hc	<b>Fruta de temporada</b> 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g Hc	<b>Fruta de temporada</b> 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g Hc	<b>Fruta de temporada</b> 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g Hc	<b>Fruta de temporada</b> 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g Hc
<b>Pan sin alergenicos</b>	<b>Pan sin alergenicos</b>	<b>Pan sin alergenicos</b>	<b>Pan sin alergenicos</b>	<b>Pan sin alergenicos</b>	<b>Pan sin alergenicos</b>	<b>Pan sin alergenicos</b>
<b>CENA</b>						
<b>Judías verdes aliñadas</b> 125 Kcal 3.8g Prot 5.7g Lip 13.1g Hc (14)	<b>*Sopa de ave con fideos</b> 134 Kcal 9.0g Prot 3.5g Lip 13.1g Hc	<b>Berenjena a la plancha</b> 74 Kcal 1.1g Prot 5.3g Lip 5.7g Hc	<b>Vichyssoise</b> 149 Kcal 2.9g Prot 7.5g Lip 16.8g Hc (7,14)	<b>*Sopa de pescado</b> 135 Kcal 9.1g Prot 3.4g Lip 16.5g Hc (4)	<b>Espinacas rehogadas con patata</b> 109 Kcal 4.2g Prot 5.6g Lip 10.4g Hc (14)	<b>Crema de zanahoria</b> 143 Kcal 2.9g Prot 5.3g Lip 18.1g Hc (14)
<b>Tortilla francesa</b> 191 Kcal 6.5g Prot 12.1g Lip 14.2g Hc (3)	<b>*Filete de pollo en salsa</b> 146 Kcal 20.5g Prot 3.3g Lip 5.1g Hc	<b>Tortilla de patata</b> 223 Kcal 6.0g Prot 18.3g Lip 19.9g Hc (3)	<b>Bacalao a la andaluza casera</b> 154 Kcal 17.1g Prot 5.8g Lip 9.1g Hc (4)	<b>Cinta de lomo en salsa</b> 170 Kcal 14.8g Prot 12.2g Lip 0.8g Hc	<b>Sardinillas en aceite</b> 187 Kcal 20.0g Prot 11.9g Lip 0.0g Hc (4)	<b>*Empanada casera de ternera</b> 254 Kcal 5.7g Prot 13.2g Lip 26.8g Hc
<b>Queso fresco</b> 135 Kcal 8.0g Prot 10.2g Lip 2.8g Hc (7)	<b>Zanahoria asada</b> 75 Kcal 0.7g Prot 5.2g Lip 3.9g Hc	<b>Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz</b> 57 Kcal 0.5g Prot 5.3g Lip 0.8g Hc	<b>Queso fresco con membrillo</b> 184 Kcal 6.5g Prot 3.4g Lip 33.8g Hc (6,7)	<b>Picadillo de verduras</b> 64 Kcal 0.7g Prot 5.1g Lip 2.9g Hc	<b>Ensalada completa con huevo</b> 106 Kcal 4.8g Prot 9.4g Lip 1.5g Hc (3,14)	
<b>Yogur natural</b> 90 Kcal 5.0g Prot 4.5g Lip 6.2g Hc (7)	<b>Yogur sabor</b> 101 Kcal 3.7g Prot 2.3g Lip 15.4g Hc (7)	<b>Yogur natural</b> 90 Kcal 5.0g Prot 4.5g Lip 6.2g Hc (7)	<b>Yogur sabor</b> 101 Kcal 3.7g Prot 2.3g Lip 15.4g Hc (7)	<b>Yogur natural</b> 90 Kcal 5.0g Prot 4.5g Lip 6.2g Hc (7)	<b>Flan de huevo</b> 121 Kcal 4.3g Prot 1.8g Lip 22.1g Hc (3,7)	<b>Yogur natural</b> 90 Kcal 5.0g Prot 4.5g Lip 6.2g Hc (7)
<b>Pan sin alergenicos</b>	<b>Pan sin alergenicos</b>	<b>Pan sin alergenicos</b>	<b>Pan sin alergenicos</b>	<b>Pan sin alergenicos</b>	<b>Pan sin alergenicos</b>	<b>Pan sin alergenicos</b>

**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 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
<b>COMIDA</b>						
<b>Patatas ali-oli</b> 187 Kcal 2.9g Prot 10.0g Lip 18.8g Hc 3,6,14	<b>*Macarrones con tomate</b> 274 Kcal 1.9g Prot 7.0g Lip 26.7g Hc	<b>Potaje de alubias blancas con verduras</b> 233 Kcal 11.9g Prot 5.9g Lip 35.8g Hc 14	<b>Crema de calabaza</b> 134 Kcal 2.9g Prot 5.3g Lip 17.7g Hc 14	<b>Salmorejo</b> 71 Kcal 1.2g Prot 5.2g Lip 4.5g Hc 14	<b>Judías verdes aliñadas</b> 125 Kcal 3.8g Prot 5.7g Lip 13.1g Hc 14	<b>Garbanzos con espinacas</b> 254 Kcal 11.6g Prot 8.6g Lip 29.1g Hc
<b>Pollo asado en su jugo en salsa</b> 286 Kcal 36.7g Prot 15.2g Lip 0.5g Hc	<b>*Merluza en salsa verde</b> 150 Kcal 16.1g Prot 7.1g Lip 5.5g Hc 4	<b>Cinta de lomo fresca a la plancha</b> 167 Kcal 14.7g Prot 12.2g Lip 0.0g Hc	<b>Albóndigas de ternera con salsa de tomate</b> 223 Kcal 18.9g Prot 13.2g Lip 7.4g Hc	<b>Lacón a la plancha</b> 210 Kcal 17.2g Prot 11.7g Lip 8.9g Hc	<b>Estofado de cerdo con verduras</b> 178 Kcal 22.1g Prot 4.1g Lip 0.7g Hc	<b>Salmón en salsa de pimientos</b> 241 Kcal 19.2g Prot 15.0g Lip 7.2g Hc 4
<b>Tomate asado</b> 57 Kcal 0.5g Prot 5.1g Lip 2.0g Hc	<b>Guisantes salteados</b> 64 Kcal 1.5g Prot 5.2g Lip 2.6g Hc	<b>Asadillo de pimientos</b> 60 Kcal 0.5g Prot 5.1g Lip 2.7g Hc	<b>Patatas panadera</b> 150 Kcal 1.4g Prot 10.1g Lip 10.1g Hc 14	<b>Ensalada de lechuga y tomate</b> 54 Kcal 0.5g Prot 5.2g Lip 0.8g Hc 14	<b>Patatas dado</b> 133 Kcal 1.3g Prot 10.1g Lip 9.1g Hc 14	<b>Panadera de calabaza</b> 65 Kcal 1.7g Prot 5.2g Lip 2.7g Hc
<b>Fruta de temporada</b> 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g Hc	<b>Fruta de temporada</b> 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g Hc	<b>Fruta de temporada</b> 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g Hc	<b>Fruta de temporada</b> 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g Hc	<b>Fruta de temporada</b> 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g Hc	<b>Fruta de temporada</b> 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g Hc	<b>Fruta de temporada</b> 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g Hc
<b>Pan sin alergenicos</b>	<b>Pan sin alergenicos</b>	<b>Pan sin alergenicos</b>	<b>Pan sin alergenicos</b>	<b>Pan sin alergenicos</b>	<b>Pan sin alergenicos</b>	<b>Pan sin alergenicos</b>
<b>CENA</b>						
<b>* Sopa de ave con fideos</b> 134 Kcal 9.0g Prot 3.5g Lip 13.1g Hc	<b>Crema de zanahoria</b> 143 Kcal 2.9g Prot 5.3g Lip 18.1g Hc (14)	<b>*Calabacín chips</b> 124 Kcal 2.3g Prot 10.6g Lip 4.1g Hc	<b>Ensaladilla rusa</b> 243 Kcal 6.1g Prot 16.6g Lip 17.5g Hc (3,4,6)	<b>Crema de verduras (calabacín, acelga y zanahoria)</b> 140 Kcal 3.2g Prot 5.3g Lip 17.1g Hc (14)	<b>* Sopa de ave</b> 178 Kcal 9.3g Prot 6.6g Lip 16.9g Hc	<b>Crema de puerro</b> 127 Kcal 2.7g Prot 5.2g Lip 16.0g Hc (14)
<b>Revuelto de setas y gambas</b> 139 Kcal 10.1g Prot 10.5g Lip 0.3g Hc (2,3,14)	<b>Lomo de sajonia en salsa</b> 194 Kcal 10.1g Prot 9.3g Lip 10.6g Hc (6)	<b>Huevos rellenos</b> 224 Kcal 15.8g Prot 18.2g Lip 2.2g Hc (3,4,6)	<b>Merluza al horno</b> 130 Kcal 16.0g Prot 7.0g Lip 0.8g Hc (4)	<b>Tortilla de calabacín y patata</b> 218 Kcal 12.6g Prot 20.2g Lip 27.8g Hc (3)	<b>Merluza en salsa</b> 126 Kcal 16.2g Prot 4.1g Lip 6.1g Hc (4)	<b>Cinta de lomo en salsa</b> 170 Kcal 14.8g Prot 12.2g Lip 0.8g Hc
<b>Queso fresco</b> 135 Kcal 8.0g Prot 10.2g Lip 2.8g Hc (7)	<b>Ensalada de lechuga y pepino</b> 55 Kcal 0.5g Prot 5.2g Lip 0.7g Hc (14)	<b>Champiñón salteado</b> 60 Kcal 1.1g Prot 5.2g Lip 2.5g Hc	<b>Ensalada de lechuga, tomate y maíz</b> 57 Kcal 0.5g Prot 5.3g Lip 0.7g Hc	<b>Queso fresco con membrillo</b> 184 Kcal 6.5g Prot 3.4g Lip 33.8g Hc (6,7)	<b>Verduras a la plancha</b> 53 Kcal 0.9g Prot 4.2g Lip 2.7g Hc	<b>Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas</b> 62 Kcal 0.6g Prot 6.1g Lip 0.9g Hc (14)
<b>Yogur sabor</b> 101 Kcal 3.7g Prot 2.3g Lip 15.4g Hc (7)	<b>Yogur natural</b> 90 Kcal 5.0g Prot 4.5g Lip 6.2g Hc (7)	<b>Yogur sabor</b> 101 Kcal 3.7g Prot 2.3g Lip 15.4g Hc (7)	<b>Yogur natural</b> 90 Kcal 5.0g Prot 4.5g Lip 6.2g Hc (7)	<b>Yogur sabor</b> 101 Kcal 3.7g Prot 2.3g Lip 15.4g Hc (7)	<b>Natillas de chocolate</b> 122 Kcal 3.2g Prot 3.2g Lip 20.2g Hc (7)	<b>Yogur natural</b> 90 Kcal 5.0g Prot 4.5g Lip 6.2g Hc (7)
<b>Pan sin alergenicos</b>	<b>Pan sin alergenicos</b>	<b>Pan sin alergenicos</b>	<b>Pan sin alergenicos</b>	<b>Pan sin alergenicos</b>	<b>Pan sin alergenicos</b>	<b>Pan sin alergenicos</b>

**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 inaesta 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
<b>COMIDA</b>						
<b>Arroz hortelano (j.verde, calabacín y zanahoria)</b> 271 Kcal 4.8g Prot 5.6g Lip 49.4g Hc	<b>Salmorejo</b> 71 Kcal 1.2g Prot 5.2g Lip 4.5g Hc 14					
<b>Contramuslo de pollo asado al limón</b> 148 Kcal 20.0g Prot 6.2g Lip 1.5g Hc	<b>Albóndigas de ternera caseras en salsa</b> 196 Kcal 18.9g Prot 12.5g Lip 2.1g Hc					
<b>Zanahoria asada</b> 75 Kcal 0.7g Prot 5.2g Lip 3.9g Hc	<b>Ensalada de lechuga y maíz</b> 60 Kcal 0.5g Prot 5.4g Lip 0.6g Hc 14					
<b>Fruta de temporada</b> 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g Hc	<b>Fruta de temporada</b> 76 Kcal 1.4g Prot 0.3g Lip 16.7g Hc					
<b>Pan sin alergen</b>	<b>Pan sin alergen</b>					
<b>CENA</b>						
<b>Brócoli gratinado con queso</b> 269 Kcal 5.3g Prot 11.8g Lip 9.0g Hc (7)	<b>*Sopa de ave con fideos</b> 134 Kcal 9.0g Prot 3.5g Lip 13.1g Hc					
<b>*Caella a la vizcaína</b> 192 Kcal 21.3g Prot 10.1g Lip 2.6g Hc (4)	<b>*Huevos al plato</b> 213 Kcal 15.5g Prot 15.2g Lip 3.4g Hc (3)					
<b>Ensalada mixta</b> 39 Kcal 1.6g Prot 3.3g Lip 0.8g Hc (3,4,14)	<b>Patatas dado</b> 133 Kcal 1.3g Prot 10.1g Lip 9.1g Hc (14)					
<b>Yogur sabor</b> 101 Kcal 3.7g Prot 2.3g Lip 15.4g Hc (7)	<b>Yogur natural</b> 90 Kcal 5.0g Prot 4.5g Lip 6.2g Hc (7)					
<b>Pan sin alergen</b>	<b>Pan sin alergen</b>					

**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 inaesta 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](mailto: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)**

