

LUNES 1	MARTES 2	MIÉRCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5	SÁBADO 6	DOMINGO 7
COMIDA						
Patatas estofadas con verduras 152 Kcal 3.0g Prot 5.3g Lip 20.0g Hc 14	*Espirales con salsa de tomate 230 Kcal 0.6g Prot 1.9g Lip 7.8g Hc	*Ensalada de patata 154 Kcal 2.9g Prot 6.2g Lip 19.2g Hc 14	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	Gazpacho andaluz 81 Kcal 1.5g Prot 5.2g Lip 5.9g Hc 14	*Espirales rehogados con verduras 219 Kcal 0.7g Prot 2.2g Lip 4.5g Hc
*Limanda en salsa verde 181 Kcal 16.3g Prot 5.3g Lip 10.4g 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
Tomate aliñado 52 Kcal 0.3g Prot 5.1g Lip 1.1g Hc 14	Ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas verdes 62 Kcal 0.5g Prot 6.1g Lip 1.1g Hc 14	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	Ensalada de lechuga y pepino 55 Kcal 0.5g Prot 5.2g Lip 0.7g Hc 14	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 sin alérgenos	Pan sin alérgenos	Pan sin alérgenos	Pan sin alérgenos	Pan sin alérgenos	Pan sin alérgenos	Pan sin alérgenos
CENA						
Verduras variadas rehogadas 142 Kcal 3.8g Prot 5.6g Lip 14.7g Hc (14)	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 178 Kcal 9.3g Prot 6.6g Lip 16.9g Hc	Salteado de patata con verduras 133 Kcal 3.2g Prot 4.2g Lip 18.9g Hc	Vichyssoise 149 Kcal 2.9g Prot 7.5g Lip 16.8g Hc (7,14)	Sopa de verdura 101 Kcal 2.5g Prot 2.3g Lip 15.6g Hc (14)
Filete de pollo en salsa 173 Kcal 20.7g Prot 6.3g Lip 4.8g Hc (1)	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)	Cinta de lomo en salsa 170 Kcal 14.8g Prot 12.2g Lip 0.8g Hc
Ensalada de lechuga y maíz 60 Kcal 0.5g Prot 5.4g Lip 0.6g Hc (14)	Patatas salteadas con pimentón 104 Kcal 1.3g Prot 5.1g Lip 9.7g Hc (14)	Ensalada de lechuga y zanahoria 54 Kcal 0.5g Prot 5.2g Lip 1.0g Hc (14)	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)	Ensalada variada 64 Kcal 0.8g Prot 4.2g Lip 3.7g Hc (14)
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)	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)	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 sin alérgenos	Pan sin alérgenos	Pan sin alérgenos	Pan sin alérgenos	Pan sin alérgenos	Pan sin alérgenos	Pan sin alérgenos

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 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 8	MARTES 9	MIÉRCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12	SÁBADO 13	DOMINGO 14
COMIDA						
Arroz con salsa de tomate 292 Kcal 4.8g Prot 6.6g Lip 52.1g Hc	Brócoli rehogado con zanahoria 168 Kcal 2.7g Prot 5.6g Lip 5.8g Hc	Ensalada campera (atún, huevo y aceituna) 216 Kcal 9.2g Prot 10.5g Lip 19.7g Hc 3,4,14	Gazpacho andaluz 81 Kcal 1.5g Prot 5.2g Lip 5.9g Hc 14	*Macarrones con champiñón 382 Kcal 4.2g Prot 2.8g Lip 40.4g Hc	Patatas estofadas con verduras 152 Kcal 3.0g Prot 5.3g Lip 20.0g 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 de ternera caseras en salsa 196 Kcal 18.9g Prot 12.5g Lip 2.1g Hc	Jamonicitos de pollo en salsa de verduras 323 Kcal 49.9g Prot 32.0g Lip 2.9g Hc 1	Limanda al perejil 140 Kcal 16.0g Prot 5.2g Lip 0.9g 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	Ensalada de lechuga, tomate y queso 74 Kcal 2.0g Prot 6.8g Lip 0.9g Hc	Verduras variadas 70 Kcal 1.4g Prot 4.2g Lip 5.6g Hc 14	Arroz pilaf 121 Kcal 1.6g Prot 5.2g Lip 16.7g 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 sin alérgenos	Pan sin alérgenos	Pan sin alérgenos	Pan sin alérgenos	Pan sin alérgenos	Pan sin alérgenos	Pan sin alérgenos
CENA						
Crema de verduras (calabacín, acelga y zanahoria) 140 Kcal 3.2g Prot 5.3g Lip 17.1g Hc (14)	*Sopa de ave con fideos 134 Kcal 9.0g Prot 3.5g Lip 13.1g Hc	Huevos cocidos con salsa de tomate 186 Kcal 12.6g Prot 14.6g Lip 3.5g Hc (3)	*Sopa de pescado 135 Kcal 9.1g Prot 3.4g Lip 16.5g Hc (4)	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 de verdura 101 Kcal 2.5g Prot 2.3g Lip 15.6g Hc (14)
Lacón a la plancha 210 Kcal 17.2g Prot 11.7g Lip 8.9g Hc	Filete de pollo en salsa 173 Kcal 20.7g Prot 6.3g Lip 4.8g Hc (1)	Bacalao a la andaluza casera 154 Kcal 17.1g Prot 5.8g Lip 9.1g Hc (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 especial 178 Kcal 1.9g Prot 7.2g Lip 26.4g Hc (14)	Abadejo en salsa 171 Kcal 19.5g Prot 6.0g Lip 7.8g Hc (1,4)
Ensalada de lechuga y zanahoria 54 Kcal 0.5g Prot 5.2g Lip 1.0g Hc (14)	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	Ensalada de lechuga y tomate 54 Kcal 0.5g Prot 5.2g Lip 0.8g Hc (14)	Patatas chips 81 Kcal 1.0g Prot 5.2g Lip 7.4g Hc	Ensalada de lechuga y maíz 60 Kcal 0.5g Prot 5.4g Lip 0.6g 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)	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)	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 sin alérgenos	Pan sin alérgenos	Pan sin alérgenos	Pan sin alérgenos	Pan sin alérgenos	Pan sin alérgenos	Pan sin alérgenos

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 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 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19	SÁBADO 20	DOMINGO 21
COMIDA						
*Ensalada de patata 154 Kcal 2.9g Prot 6.2g Lip 19.2g Hc 14	Crema de calabacín 130 Kcal 3.2g Prot 5.3g Lip 16.1g Hc 14	Arroz con verduras 244 Kcal 4.6g Prot 2.6g Lip 49.3g Hc	Patatas con alcachofas guisadas 208 Kcal 5.6g Prot 5.3g Lip 31.5g Hc 14	Arroz con zanahoria y calabacín 272 Kcal 4.7g Prot 5.6g Lip 49.4g Hc	Salmorejo 71 Kcal 1.2g Prot 5.2g Lip 4.5g Hc 14	Verduras variadas rehogadas 142 Kcal 3.8g Prot 5.6g Lip 14.7g Hc 14
Morcillo guisado 181 Kcal 17.0g Prot 26.1g Lip 1.7g Hc	*Pastel de ternera casero con puré de patata casero 175 Kcal 12.0g Prot 9.4g Lip 9.3g Hc 14	Palometa con tomate 145 Kcal 18.3g Prot 6.9g Lip 3.0g Hc 4	Jamonicitos 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 139 Kcal 15.9g Prot 6.7g Lip 1.8g Hc 4
Verduras variadas 70 Kcal 1.4g Prot 4.2g Lip 5.6g Hc 14	Ensalada de lechuga, zanahoria y tomate 54 Kcal 0.5g Prot 5.2g Lip 0.9g Hc	Patatas dado 133 Kcal 1.3g Prot 10.1g Lip 9.1g Hc 14	Tomate aliñado 52 Kcal 0.3g Prot 5.1g Lip 1.1g Hc 14	Ensalada de lechuga, tomate y maíz 57 Kcal 0.5g Prot 5.3g Lip 0.7g Hc 14	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 sin alérgenos	Pan sin alérgenos	Pan sin alérgenos	Pan sin alérgenos	Pan sin alérgenos	Pan sin alérgenos	Pan sin alérgenos
CENA						
Champiñón al ajillo 159 Kcal 10.9g Prot 7.0g Lip 1.9g Hc (14)	*Sopa de ave con fideos 134 Kcal 9.0g Prot 3.5g Lip 13.1g Hc	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)	*Sopa de pescado 135 Kcal 9.1g Prot 3.4g Lip 16.5g Hc (4)	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)
Tortilla francesa 191 Kcal 6.5g Prot 12.1g Lip 14.2g Hc (3)	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)	Bacalao a la andaluza casera 154 Kcal 17.1g Prot 5.8g Lip 9.1g Hc (4)	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 254 Kcal 5.7g Prot 13.2g Lip 26.8g Hc
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	Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz 57 Kcal 0.5g Prot 5.3g Lip 0.8g 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	Ensalada completa con huevo 106 Kcal 4.8g Prot 9.4g Lip 1.5g Hc (3,14)	
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)	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)	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 sin alérgenos	Pan sin alérgenos	Pan sin alérgenos	Pan sin alérgenos	Pan sin alérgenos	Pan sin alérgenos	Pan sin alérgenos

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 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 aliñadas 144 Kcal 2.7g Prot 5.3g Lip 18.8g Hc 14	*Macarrones con tomate 274 Kcal 1.9g Prot 7.0g Lip 26.7g Hc	Patatas estofadas con verduras 152 Kcal 3.0g Prot 5.3g Lip 20.0g Hc 14	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	Brócoli rehogado con zanahoria 168 Kcal 2.7g Prot 5.6g Lip 5.8g Hc	Espinacas rehogadas con patata 109 Kcal 4.2g Prot 5.6g Lip 10.4g Hc 14
Pollo asado en su jugo en salsa 286 Kcal 36.7g Prot 15.2g Lip 0.5g Hc	*Merluza en salsa verde 150 Kcal 16.1g Prot 7.1g Lip 5.5g Hc 4	Cinta de lomo fresca a la plancha 167 Kcal 14.7g Prot 12.2g Lip 0.0g Hc	Albóndigas de ternera con salsa de tomate 223 Kcal 18.9g Prot 13.2g Lip 7.4g Hc	Lacón a la plancha 210 Kcal 17.2g Prot 11.7g Lip 8.9g Hc	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
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	Ensalada de lechuga y tomate 54 Kcal 0.5g Prot 5.2g Lip 0.8g 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 sin alérgenos	Pan sin alérgenos	Pan sin alérgenos	Pan sin alérgenos	Pan sin alérgenos	Pan sin alérgenos	Pan sin alérgenos
CENA						
*Sopa de ave con fideos 134 Kcal 9.0g Prot 3.5g Lip 13.1g Hc	Crema de zanahoria 143 Kcal 2.9g Prot 5.3g Lip 18.1g Hc (14)	*Calabacín chips 124 Kcal 2.3g Prot 10.6g Lip 4.1g Hc	*Ensalada de patata 154 Kcal 2.9g Prot 6.2g Lip 19.2g Hc (14)	Crema de verduras (calabacín, acelga y zanahoria) 140 Kcal 3.2g Prot 5.3g Lip 17.1g Hc (14)	*Sopa de ave 178 Kcal 9.3g Prot 6.6g Lip 16.9g Hc	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)	Cinta de lomo en salsa 170 Kcal 14.8g Prot 12.2g Lip 0.8g Hc	Huevos cocidos con salsa de tomate 186 Kcal 12.6g Prot 14.6g Lip 3.5g Hc (3)	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)	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)	Ensalada de lechuga y pepino 55 Kcal 0.5g Prot 5.2g Lip 0.7g Hc (14)	Champiñón salteado 60 Kcal 1.1g Prot 5.2g Lip 2.5g Hc	Ensalada de lechuga, tomate y maíz 57 Kcal 0.5g Prot 5.3g Lip 0.7g Hc (14)	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	Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas 62 Kcal 0.6g Prot 6.1g Lip 0.9g 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)	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)	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 sin alérgenos	Pan sin alérgenos	Pan sin alérgenos	Pan sin alérgenos	Pan sin alérgenos	Pan sin alérgenos	Pan sin alérgenos

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 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
COMIDA						
Arroz con verduras 244 Kcal 4.6g Prot 2.6g Lip 49.3g Hc	Salmorejo 71 Kcal 1.2g Prot 5.2g Lip 4.5g Hc 14					
Contramuslo de pollo asado al limón 148 Kcal 20.0g Prot 6.2g Lip 1.5g Hc	Albóndigas de ternera caseras en salsa 196 Kcal 18.9g Prot 12.5g Lip 2.1g Hc					
Zanahoria asada 75 Kcal 0.7g Prot 5.2g Lip 3.9g Hc	Ensalada de lechuga y maíz 60 Kcal 0.5g Prot 5.4g Lip 0.6g 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					
Pan sin alérgenos	Pan sin alérgenos					
CENA						
Brócoli gratinado con queso 269 Kcal 5.3g Prot 11.8g Lip 9.0g Hc (7)	*Sopa de ave con fideos 134 Kcal 9.0g Prot 3.5g Lip 13.1g Hc					
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)					
Ensalada mixta 39 Kcal 1.6g Prot 3.3g Lip 0.8g Hc (3,4,14)	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 sin alérgenos	Pan sin alérgenos					

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)**

