



LUNES MARTES MIÉRCOLES JUEVES VIERNES

		1	Coditos con salsa de tomate y atún Pollo asado en su jugo Verduras variadas Fruta del tiempo Pan	2	Sopa de cocido Cocido completo Fruta del tiempo Pan	3	Arroz murciano Albóndigas de merluza a la cazuela con patata dado Yogur sabor Pan		
			763 Kcal 51,3g Prot 23,1g Lip 85,5g Hc		663 Kcal 30,6g Prot 27,1g Lip 74,4g Hc		705 Kcal 25,1g Prot 19,1g Lip 104,4g Hc		
6	Acelgas con zanahoria rehogadas con pimentón Chuleta de sajonia al ajillo Patatas panadera Fruta del tiempo Pan	7	Paella mixta Buñuelos de bacalao Ensalada de lechuga y manzana Fruta del tiempo Pan	8	Lentejas hortelana Ragout de pollo Jardinera de verduras Fruta del tiempo Pan	9	Espaguetis con salsa aurora Merluza en salsa verde Guisantes salteados Fruta del tiempo Pan	10	Alubias pintas hortelana Tortilla francesa Ensalada de lechuga y tomate Yogur sabor Pan integral
	547 Kcal 27,2g Prot 30,1g Lip 42,4g Hc		857 Kcal 19,7g Prot 22,9g Lip 138g Hc		632 Kcal 45,9g Prot 16,8g Lip 77g Hc		621 Kcal 30,2g Prot 11,9g Lip 94,9g Hc		543 Kcal 28,6g Prot 20,9g Lip 72,9g Hc
13	Macarrones con salsa de tomate Huevo frito Patatas fritas Fruta del tiempo Pan	14	Arroz tres delicias Medallón de salmón y calabaza en salsa de cítricos Ensalada de lechuga Fruta del tiempo Pan	15	Crema de zanahoria San jacob Ensalada de lechuga y tomate Fruta del tiempo Pan	16	Judías verdes rehogadas Filete de pollo en su jugo con ajo y perejil Patatas panadera Fruta del tiempo Pan	17	Garbanzos hortelana Filete de merluza en salsa de pimientos Ensalada de lechuga y maíz Yogur sabor Pan
	662 Kcal 24,6g Prot 24,3g Lip 87,6g Hc		606 Kcal 19,7g Prot 18,7g Lip 88,4g Hc		649 Kcal 16,1g Prot 23,4g Lip 93,3g Hc		511 Kcal 35,4g Prot 16,5g Lip 54,9g Hc		643 Kcal 35,1g Prot 18,9g Lip 83g Hc
20		21	Lentejas a la riojana Albóndigas de ternera y cerdo en salsa Jardinera de verduras Fruta del tiempo Pan	22	Sopa de arroz Jamoncitos de pollo asados Patatas fritas Fruta del tiempo Pan	23	Alubias blancas guisadas Merluza a la romana Ensalada de lechuga y maíz Fruta del tiempo Pan	24	Crema de verduras Tortilla de patata Ensalada de lechuga Yogur sabor Pan integral
			667 Kcal 33,3g Prot 24,1g Lip 81,9g Hc		572 Kcal 43,9g Prot 19,6g Lip 53,6g Hc		598 Kcal 33,1g Prot 20,7g Lip 77,6g Hc		486 Kcal 20,9g Prot 15,8g Lip 65,3g Hc
27	Patatas con costillas Huevo frito Pisto manchego Fruta del tiempo Pan	28	Espirales de colores al ajillo Merluza gratinada con salsa de tomate y queso Fruta del tiempo Pan	29	Sopa de cocido Cocido completo Fruta del tiempo Pan	30	Arroz con salsa de tomate Filete de lomo de cerdo a la madrileña Champiñón salteado Fruta del tiempo Pan	31	
	608 Kcal 24,3g Prot 29,4g Lip 63,3g Hc		553 Kcal 29,8g Prot 12,2g Lip 79,8g Hc		663 Kcal 30,6g Prot 27,1g Lip 74,4g Hc		618 Kcal 27,6g Prot 13,8g Lip 94,6g Hc		



Menú elaborado por el Dpto. de Nutrición y Dietética de Algadi, N.ºR.S. (28. 12037/M) 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. M. Lozano (Dietista-Nutricionista T.S. Nº2816) / P. PENELAS (Nutricionista / Dietista) Col: MAD00398 / J. MARTIN (Lic. Farmacia (Nutrición) H. CORTES (Dietista/Nutricionista Col: CYL00366. 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.



algaedi educa

**POR FAVOR,
NO TIRES
COMIDA**



Recuerda que **no todos los niños tienen la misma suerte que tú.**
Piensa en los demás y en el medio ambiente.

Alimentar educando

The image is a vertical poster with a black border. The top half shows a young girl with dark hair, wearing a blue top, smelling a tree trunk in a forest. The bottom half has a blue background with a green curved shape at the top. The text 'algaedi educa' is in the top right. The main message 'POR FAVOR, NO TIRES COMIDA' is in large white letters. To the right is a small white cartoon astronaut. Below that is a smaller line of text: 'Recuerda que no todos los niños tienen la misma suerte que tú. Piensa en los demás y en el medio ambiente.' At the bottom is the slogan 'Alimentar educando'.