

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
6		Arroz con salsa de tomate Rabas de calamar Ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas verdes Fruta de temporada Pan / Pan integral (1, 12, 14, 6, 10, 11) 721 Kcal 18,7g Prot 29,8g Lip 92,3g Hc	8 Sopa de cocido con fideos integrales ECO Cocido completo: garbanzos, ternera, pollo y cerdo Repollo y zanahoria Fruta de temporada Pan (1, 3, 6, 7, 14) 703 Kcal 274,9g Prot 26,8g Lip 78,9g Hc	9 Crema de verduras (calabacín, acelga y zanahoria) Atún con salsa de tomate Verduras variadas Yogur sabor / Fruta de temporada Pan (14, 4, 6, 7, 1) 613 Kcal 27,6g Prot 20,9g Lip 74,9g Hc	10 Alubias blancas estofadas (pimiento, zanahoria) Tortilla de patata Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan / Pan integral (14, 3, 1, 6, 10, 11) 847 Kcal 30,8g Prot 28,3g Lip 115,2g Hc
13	Sopa de estrellas Cinta de lomo fresca al ajillo Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan (1, 3, 14) 623 Kcal 30,3g Prot 27,9g Lip 61,2g Hc	14 Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Tacos de rape en salsa Verduras variadas Fruta de temporada Pan / Pan integral (14, 1, 4, 6, 10, 11) 752 Kcal 37,3g Prot 19,1g Lip 99,5g Hc	15 Crema de calabaza ECO Ragout de pavo en salsa de verduras (zanahoria y pimiento) Patatas dado Fruta de temporada Pan (14, 1) 636 Kcal 30,1g Prot 230,2g Lip 73,2g Hc	16 Alubias blancas estofadas (pimiento, zanahoria) Merluza al papillot Ensalada de lechuga y pepino Yogur sabor / Fruta de temporada Pan (14, 4, 7, 1) 618 Kcal 34,8g Prot 20,9g Lip 73,1g Hc	17 Arroz hortelano (j.verde, calabacín y zanahoria) Huevo frito Pisto manchego Fruta de temporada Pan / Pan integral (3, 1, 6, 10, 11) 720 Kcal 20,3g Prot 32,5g Lip 84,9g Hc
20	Macarrones con salsa de calabaza ECO Boquerones a la andaluza Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan (1, 7, 3, 4, 14) 752 Kcal 25,7g Prot 32,6g Lip 88,6g Hc	21 Crema de guisantes Tortilla de calabacín y patata Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada Pan / Pan integral (14, 3, 1, 6, 10, 11) 688 Kcal 26g Prot 27,2g Lip 113,8g Hc	22 Paella Valenciana Merluza al ajillo Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan (2, 4, 12, 14, 1) 748 Kcal 30,7g Prot 19,4g Lip 94,5g Hc	23 Menestra de verduras rehogadas (guisante y judía verde) Filete de pollo al chilindrón (pimientos) Zanahoria baby Yogur sabor / Fruta de temporada Pan (14, 7, 1) 654 Kcal 36,9g Prot 14,3g Lip 90g Hc	24 Pisto de verduras Cazuelita de garbanzos con champiñón y comino Arroz integral Fruta de temporada Pan / Pan integral (1, 6, 10, 11) 606 Kcal 18,6g Prot 18,4g Lip 84,1g Hc
27	Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Revuelto de jamón york Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan (14, 3, 6, 1) 585 Kcal 27,4g Prot 22,9g Lip 60,7g Hc	28 Patatas estofadas con verduras (j.verde y pimiento) Albóndigas mixtas en salsa Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Fruta de temporada Pan / Pan integral (14, 1, 6, 10, 11) 790 Kcal 20g Prot 24,7g Lip 101,1g Hc	29 Sopa de cocido con fideos integrales ECO Cocido completo: garbanzos, ternera, pollo y cerdo Repollo y zanahoria Fruta de temporada Pan (1, 3, 6, 7, 14) 703 Kcal 274,9g Prot 26,8g Lip 78,9g Hc	30 Arroz murciano Merluza en salsa marinera (gambas y mejillones) Ensalada de lechuga y maíz Yogur sabor / Fruta de temporada Pan (1, 2, 4, 12, 14, 7) 733 Kcal 29,5g Prot 20,8g Lip 88,8g Hc	



Se ofrece diariamente agua y pan blanco, alternando con pan integral semanalmente.

Las frutas, hortalizas y verduras son de temporada y de proveedores de proximidad.

Menú elaborado por el Dpto. de Nutrición y Dietética de Algadi formado por profesionales cualificados., Dietistas y Nutricionistas: M.L.Col.(T.S. Nº2816) / H.C.Col. (CYL00366) / R.N (T.S.)  
 Según el Reglamento 1169/2011 de información facilitada al consumidor, se informa sobre alérgenos presentes en alimentos no envasados y 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

A: ALÉRGICOS  
 ECO: ECOLÓGICO



## SUGERENCIAS DESAYUNO SALUDABLE

### LÁCTEO



Leche  
Yogur  
Queso  
Cuajada  
Requesón

### CEREAL



Pan blanco  
Pan Integral  
Cereales  
Galletas

### FRUTA



Fruta Entera  
Zumo de frutas natural  
Tomate fresco

### OTROS



Aceite de Oliva  
(2 veces/semana)  
Mermelada casera  
y/o Miel  
(2 veces/semana)  
Bollería casera  
(1 vez/semana)

## SUGERENCIAS DE CENA

### SI COMES

### PUEDES CENAR

1º



Cereales  
(arroz/pasta)



Verduras cocinadas  
Hortalizas crudas



2º



Carne (pollo, ternera, cerdo)



Pescado o huevo



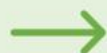
Huevo

Pescado o carne

POSTRES



Fruta



Lácteo o Fruta



Leche

Fruta

**NUEVO Real Decreto de comedores:  
¡lo esencial en 15"!**

**MENÚ SEMANAL:** Aumento de pescados,  
Legumbres y frutas.

**DIA DE LA PROTEÍNA VEGETAL:**  
1 vez/mes en los menús.

**PRODUCTOS ECOLÓGICOS:** aumento al  
5%.

**PRODUCTOS INTEGRALES:** mayor  
frecuencia de arroz y pasta integral y pan  
integral

**DISMINUCIÓN:** de fritos y precocinados

**AGUA:** Única bebida.

**MENÚS ESPECIALES:**  
alergias/intolerancias y familias  
informadas. Bocado Seguro

**ENTRADA EN VIGOR:** 16/04/2026

### MÁS VERDE

¡¡Llena tu plato de color con + frutas  
y verduras cada día!!

Se siguen las recomendaciones de la FEN, OMS, Estrategia NAOS y Plan 2020.

Los menús están sujetos a cambios debido a las variaciones de las materias primas en mercado.

Menú supervisado por la Dirección del Centro.



**¡Hola, soy PIPO!**

Soy tú proteína vegetal  
Prepárate para verme  
en acción en tus menús  
¡¡Te aportaré todos  
tus nutrientes  
necesarios!!



6	LUNES	7	MARTES	8	MIÉRCOLES	9	JUEVES	10	VIERNES
			Arroz con salsa de tomate Merluza al horno Ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas verdes Fruta de temporada Pan / Pan integral (4, 14, 1, 6, 10, 11) 447 Kcal 16,3g Prot 12,8g Lip 65,9g Hc		Sopa de cocido con fideos integrales ECO Cocido completo: garbanzos, ternera, pollo y cerdo Repollo y zanahoria Fruta de temporada Pan (1, 3, 6, 7, 14) 703 Kcal 274,9g Prot 26,8g Lip 78,9g Hc		Crema de verduras (calabacín, acelga y zanahoria) Merluza en salsa de tomate Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur sabor / Fruta de temporada Pan (14, 4, 7, 1) 572 Kcal 27,7g Prot 18,5g Lip 69,9g Hc		Alubias blancas estofadas Tortilla de patata Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan / Pan integral (14, 3, 1, 6, 10, 11) 776 Kcal 26,4g Prot 28g Lip 101,7g Hc
13	Sopa de estrellas Cinta de lomo fresca al ajillo Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan (1, 3, 14) 522 Kcal 25,2g Prot 22,5g Lip 53,9g Hc	14	Lentejas estofadas Tacos de rape en salsa Verduras variadas Fruta de temporada Pan / Pan integral (14, 1, 4, 6, 10, 11) 677 Kcal 32,1g Prot 18,9g Lip 88,7g Hc	15	Crema de calabaza ECO Ragout de pavo en salsa de verduras (zanahoria y pimiento) Patatas dado Fruta de temporada Pan (14, 1) 614 Kcal 29,4g Prot 230,2g Lip 68,7g Hc	16	Alubias blancas estofadas (pimiento, zanahoria) Merluza al papillot Ensalada de lechuga y pepino Yogur sabor / Fruta de temporada Pan (14, 4, 7, 1) 618 Kcal 34,8g Prot 20,9g Lip 73,1g Hc	17	Arroz hortelano Revuelto de huevo con champiñón Pisto manchego Fruta de temporada Pan / Pan integral (3, 1, 6, 10, 11) 532 Kcal 16,7g Prot 19,4g Lip 69,2g Hc
20	Macarrones con salsa de calabaza ECO *Merluza a la andaluza Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan (1, 7, 4, 14) 680 Kcal 27,5g Prot 25,9g Lip 83,1g Hc	21	Crema de guisantes Tortilla de calabacín y patata Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada Pan / Pan integral (14, 3, 1, 6, 10, 11) 688 Kcal 26g Prot 27,2g Lip 113,8g Hc	22	Paella Valenciana Merluza al ajillo Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan (2, 4, 12, 14, 1) 748 Kcal 30,7g Prot 19,4g Lip 94,5g Hc	23	Menestra de verduras *Filete de pollo en salsa Zanahoria baby Yogur sabor / Fruta de temporada Pan (7, 1) 649 Kcal 37,4g Prot 12,6g Lip 91,9g Hc	24	Pisto de verduras Garbanzos con champiñones Arroz integral Fruta de temporada Pan / Pan integral (1, 6, 10, 11) 571 Kcal 18,5g Prot 15,1g Lip 83,1g Hc
27	Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Revuelto de jamón york Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan (14, 3, 6, 1) 585 Kcal 27,4g Prot 22,9g Lip 60,7g Hc	28	Patatas estofadas Albóndigas mixtas en salsa Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Fruta de temporada Pan / Pan integral (14, 1, 6, 10, 11) 747 Kcal 18,9g Prot 24,6g Lip 92,7g Hc	29	Sopa de cocido con fideos integrales ECO Cocido completo: garbanzos, ternera, pollo y cerdo Repollo y zanahoria Fruta de temporada Pan (1, 3, 6, 7, 14) 703 Kcal 274,9g Prot 26,8g Lip 78,9g Hc	30	Arroz murciano Merluza en salsa Ensalada de lechuga y maíz Yogur sabor / Fruta de temporada Pan (1, 4, 14, 7) 663 Kcal 22,3g Prot 20g Lip 91g Hc		



Se ofrece diariamente agua y pan blanco, alternando con pan integral semanalmente.

Las frutas, hortalizas y verduras son de temporada y de proveedores de proximidad.

Menú elaborado por el Dpto. de Nutrición y Dietética de Algadi formado por profesionales cualificados., Dietistas y Nutricionistas: M.L.Col.(T.S. Nº2816) / H.C.Col. (CYL00366) / R.N.(T.S.)  
 Según el Reglamento 1169/2011 de información facilitada al consumidor, se informa sobre alérgenos presentes en alimentos no envasados y 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

A: ALÉRGENOS  
 ECO: ECOLÓGICO



## SUGERENCIAS DESAYUNO SALUDABLE

### LÁCTEO



Leche  
Yogur  
Queso  
Cuajada  
Requesón

### CEREAL



Pan blanco  
Pan Integral  
Cereales  
Galletas

### FRUTA



Fruta Entera  
Zumo de frutas natural  
Tomate fresco

### OTROS



Aceite de Oliva  
(2 veces/semana)  
Mermelada casera  
y/o Miel  
(2 veces/semana)  
Bollería casera  
(1 vez/semana)

## SUGERENCIAS DE CENA

### SI COMES

### PUEDES CENAR

1º



Cereales  
(arroz/pasta)



Verduras cocinadas  
Hortalizas crudas



2º



Carne (pollo, ternera, cerdo)



Pescado o huevo



Huevo

Pescado o carne

POSTRES



Fruta



Lácteo o Fruta



Fruta

**NUEVO Real Decreto de comedores:  
¡lo esencial en 15"!**

**MENÚ SEMANAL:** Aumento de pescados,  
Legumbres y frutas.

**DIA DE LA PROTEÍNA VEGETAL:**  
1 vez/mes en los menús.

**PRODUCTOS ECOLÓGICOS:** aumento al  
5%.

**PRODUCTOS INTEGRALES:** mayor  
frecuencia de arroz y pasta integral y pan  
integral

**DISMINUCIÓN:** de fritos y precocinados

**AGUA:** Única bebida.

**MENÚS ESPECIALES:**  
alergias/intolerancias y familias  
informadas. Bocado Seguro

**ENTRADA EN VIGOR:** 16/04/2026



**¡Hola, soy PIPO!**

Soy tú proteína vegetal  
Prepárate para verme  
en acción en tus menús

**¡Te aportaré todos  
tus nutrientes  
necesarios!!**



**MÁS VERDE**  
¡¡Llena tu plato de color con + frutas  
y verduras cada día!!

Se siguen las recomendaciones de la FEN, OMS, Estrategia NAOS y Plan 2020.  
Los menús están sujetos a cambios debido a las variaciones de las materias primas en mercado.  
Menú supervisado por la Dirección del Centro.



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
6		Arroz con salsa de tomate Merluza al horno Ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas verdes Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4, 14) 624 Kcal 22,4g Prot 16,9g Lip 89,9g Hc	Sopa de ave de cocido Cocido (Garbanzo, ternera y pollo) Repollo y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 699 Kcal 28,7g Prot 13,5g Lip 108,3g Hc	Crema de verduras (calabacín, acelga y zanahoria) Atún con salsa de tomate Verduras variadas Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 4, 6, 7) 575 Kcal 23,8g Prot 20,2g Lip 66,2g Hc	Alubias blancas estofadas (pimiento, zanahoria) Tortilla de patata Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 3) 833 Kcal 24,4g Prot 27,1g Lip 111,2g Hc
13	*Sopa de ave Cinta de lomo fresca al ajillo Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 696 Kcal 26,2g Prot 24,1g Lip 80,5g Hc	Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) *Tacos de rape en salsa Verduras variadas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 4) 744 Kcal 30,6g Prot 17,9g Lip 97,3g Hc	Crema de calabaza ECO Ragout de pavo en salsa de verduras (zanahoria y pimiento) Patatas dado Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 724 Kcal 26,8g Prot 229,6g Lip 90,3g Hc	Alubias blancas estofadas (pimiento, zanahoria) Merluza al papillot Ensalada de lechuga y pepino Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 4, 7) 770 Kcal 33,4g Prot 20,6g Lip 103,8g Hc	Arroz hortelano (j.verde, calabacín y zanahoria) Huevo frito Pisto manchego Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3) 743 Kcal 18,1g Prot 32,1g Lip 89,7g Hc
20	*Macarrones con salsa de calabaza ECO *Merluza a la andaluza Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4, 14) 723 Kcal 20,3g Prot 24,6g Lip 96g Hc	Crema de guisantes Tortilla de calabacín y patata Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 3) 674 Kcal 19,6g Prot 26g Lip 109,8g Hc	Paella Valenciana Merluza al ajillo Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (2, 4, 12, 14) 809 Kcal 25,9g Prot 15,5g Lip 113,3g Hc	Menestra de verduras rehogadas (guisante y judía verde) Filete de pollo al chilindrón (pimientos) Zanahoria baby Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 7) 527 Kcal 30,4g Prot 13,3g Lip 62,4g Hc	Pisto de verduras Garbanzos con champiñones Arroz integral Fruta de temporada Pan sin alérgenos 595 Kcal 16,3g Prot 14,6g Lip 87,8g Hc
27	Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Revuelto de jamón york Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 3, 6) 611 Kcal 25,5g Prot 22,5g Lip 65,5g Hc	Patatas estofadas con verduras (j.verde y pimiento) Albóndigas de ternera caseras en salsa Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 559 Kcal 23,6g Prot 22g Lip 59,4g Hc	Sopa de ave de cocido Cocido (Garbanzo, ternera y pollo) Repollo y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 699 Kcal 28,7g Prot 13,5g Lip 108,3g Hc	Arroz murciano *Merluza en salsa marinera Ensalada de lechuga y maíz Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4, 14, 7) 715 Kcal 27,8g Prot 20,6g Lip 92,7g Hc	



Se ofrece diariamente agua y pan blanco, alternando con pan integral semanalmente.

Las frutas, hortalizas y verduras son de temporada y de proveedores de proximidad.

Menú elaborado por el Dpto. de Nutrición y Dietética de Algadi formado por profesionales cualificados., Dietistas y Nutricionistas: M.L.Col.(T.S. Nº2816) / H.C.Col. (CYL00366) / R.N (T.S.)  
Según el Reglamento 1169/2011 de información facilitada al consumidor, se informa sobre alérgenos presentes en alimentos no envasados y 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

A: ALÉRGICOS  
ECO: ECOLÓGICO



## SUGERENCIAS DESAYUNO SALUDABLE

### LÁCTEO



Leche  
Yogur  
Queso  
Cuajada  
Requesón

### CEREAL



Pan blanco  
Pan Integral  
Cereales  
Galletas

### FRUTA



Fruta Entera  
Zumo de frutas natural  
Tomate fresco

### OTROS



Aceite de Oliva  
(2 veces/semana)  
Mermelada casera  
y/o Miel  
(2 veces/semana)  
Bollería casera  
(1 vez/semana)

## SUGERENCIAS DE CENA

### SI COMES

### PUEDES CENAR

1º



Cereales  
(arroz/pasta)



Verduras cocinadas  
Hortalizas crudas



2º



Carne (pollo, ternera, cerdo)



Pescado o huevo



Huevo

Pescado o carne



### POSTRES



Fruta



Lácteo o Fruta



Fruta

**NUEVO Real Decreto de comedores:  
¡lo esencial en 15"!**

**MENÚ SEMANAL:** Aumento de pescados,  
Legumbres y frutas.

**DIA DE LA PROTEÍNA VEGETAL:**  
1 vez/mes en los menús.

**PRODUCTOS ECOLÓGICOS:** aumento al  
5%.

**PRODUCTOS INTEGRALES:** mayor  
frecuencia de arroz y pasta integral y pan  
integral

**DISMINUCIÓN:** de fritos y precocinados

**AGUA:** Única bebida.

**MENÚS ESPECIALES:**  
alergias/intolerancias y familias  
informadas. Bocado Seguro

**ENTRADA EN VIGOR:** 16/04/2026



**¡Hola, soy PIPO!**

Soy tú proteína vegetal  
Prepárate para verme  
en acción en tus menús

**¡Te aportaré todos  
tus nutrientes  
necesarios!!**



### MÁS VERDE

¡Llena tu plato de color con + frutas  
y verduras cada día!!



Se siguen las recomendaciones de la FEN, OMS, Estrategia NAOS y Plan 2020.

Los menús están sujetos a cambios debido a las variaciones de las materias primas en mercado.

Menú supervisado por la Dirección del Centro.

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
6		Arroz con champiñones Merluza al horno Ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas verdes Fruta de temporada Pan integral (4, 14, 1, 6, 10, 11) 533 Kcal 25,3g Prot 13,8g Lip 73,9g Hc	Sopa de fideos con garbanzos Pollo cocido Repollo rehogado Fruta de temporada Pan (1, 3) 680 Kcal 46,7g Prot 15g Lip 82,2g Hc	Crema de verduras (calabacín, acelga y zanahoria) Salteado de atún Verduras variadas Fruta de temporada Pan (14, 4, 6, 1) 499 Kcal 22,7g Prot 14,4g Lip 66,8g Hc	Alubias blancas estofadas (pimiento, zanahoria) Tortilla de patata Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan integral (14, 3, 1, 6, 10, 11) 660 Kcal 26g Prot 27,8g Lip 73,3g Hc
13	Sopa de estrellas Cinta de lomo fresca al ajillo Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan (1, 3, 14) 623 Kcal 30,3g Prot 27,9g Lip 61,2g Hc	Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Tacos de rape en salsa Verduras variadas Fruta de temporada Pan / Pan integral (14, 1, 4, 6, 10, 11) 752 Kcal 37,3g Prot 19,1g Lip 99,5g Hc	Crema de calabaza ECO Ragout de pavo en salsa de verduras (zanahoria y pimiento) Jardinera de verduras Fruta de temporada Pan (14, 1) 583 Kcal 30,6g Prot 225,4g Lip 68,8g Hc	Alubias blancas estofadas (pimiento, zanahoria) Merluza al papillot Ensalada de lechuga y pepino Fruta de temporada Pan integral (14, 4, 1, 6, 10, 11) 542 Kcal 31,8g Prot 19g Lip 61,4g Hc	Arroz hortelano (j. verde, calabacín y zanahoria) Revuelto de huevo con champiñón Pisto manchego Fruta de temporada Pan integral (3, 1, 6, 10, 11) 603 Kcal 18,1g Prot 22,6g Lip 77,7g Hc
20	Macarrones con salsa de calabaza ECO Filete de merluza plancha Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan (1, 7, 4, 14) 573 Kcal 27,5g Prot 17,9g Lip 74,5g Hc	Crema de guisantes Tortilla de calabacín y patata Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada Pan integral (14, 3, 1, 6, 10, 11) 501 Kcal 21,2g Prot 26,7g Lip 71,9g Hc	Paella Valenciana Merluza al ajillo Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan (2, 4, 12, 14, 1) 720 Kcal 29,1g Prot 16,2g Lip 96,2g Hc	Menestra de verduras rehogadas (guisante y judía verde) Filete de pollo al chilindrón (pimientos) Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta de temporada Pan (14, 1) 623 Kcal 33,9g Prot 16,1g Lip 82,7g Hc	Pisto de verduras Cazuelita de garbanzos con champiñón y comino Arroz integral Fruta de temporada Pan integral (1, 6, 10, 11) 582 Kcal 18,5g Prot 18,7g Lip 76,7g Hc
27	Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Hamburguesa de ternera casera a la plancha Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan (14, 1) 624 Kcal 35,8g Prot 24,2g Lip 60,1g Hc	Patatas estofadas con verduras (j. verde y pimiento) Albóndigas mixtas en salsa Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Fruta de temporada Pan / Pan integral (14, 1, 6, 10, 11) 790 Kcal 20g Prot 24,7g Lip 101,1g Hc	Sopa de fideos con garbanzos Pollo cocido Repollo rehogado Fruta de temporada Pan (1, 3) 680 Kcal 46,7g Prot 15g Lip 82,2g Hc	Arroz murciano Merluza en salsa marinera (gambas y mejillones) Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan (1, 2, 4, 12, 14) 678 Kcal 26,3g Prot 18,5g Lip 84,3g Hc	



Se ofrece diariamente agua y pan blanco, alternando con pan integral semanalmente.

Las frutas, hortalizas y verduras son de temporada y de proveedores de proximidad.

Menú elaborado por el Dpto. de Nutrición y Dietética de Algadi formado por profesionales cualificados., Dietistas y Nutricionistas: M.L.Col.(T.S. Nº2816) / H.C.Col.: (CYL00366) / R.N.(T.S.)  
Según el Reglamento 1169/2011 de información facilitada al consumidor, se informa sobre alérgenos presentes en alimentos no envasados y 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

A: ALÉRGENOS  
ECO: ECOLÓGICO



## SUGERENCIAS DESAYUNO SALUDABLE

### LÁCTEO



Leche  
Yogur  
Queso  
Cuajada  
Requesón

### CEREAL



Pan blanco  
Pan Integral  
Cereales  
Galletas

### FRUTA



Fruta Entera  
Zumo de frutas natural  
Tomate fresco

### OTROS



Aceite de Oliva  
(2 veces/semana)  
Mermelada casera  
y/o Miel  
(2 veces/semana)  
Bollería casera  
(1 vez/semana)

## SUGERENCIAS DE CENA

### SI COMES

### PUEDES CENAR

1º



Cereales  
(arroz/pasta)



Verduras cocinadas  
Hortalizas crudas



2º



Carne (pollo, ternera, cerdo)



Pescado o huevo



Huevo

Pescado o carne

### POSTRES



Fruta



Lácteo o Fruta



Leche

Fruta

**NUEVO Real Decreto de comedores:  
¡lo esencial en 15"!**

**MENÚ SEMANAL:** Aumento de pescados,  
Legumbres y frutas.

**DIA DE LA PROTEÍNA VEGETAL:**  
1 vez/mes en los menús.

**PRODUCTOS ECOLÓGICOS:** aumento al  
5%.

**PRODUCTOS INTEGRALES:** mayor  
frecuencia de arroz y pasta integral y pan  
integral

**DISMINUCIÓN:** de fritos y precocinados

**AGUA:** Única bebida.

**MENÚS ESPECIALES:**  
alergias/intolerancias y familias  
informadas. Bocado Seguro

**ENTRADA EN VIGOR:** 16/04/2026



**¡Hola, soy PIPO!**

Soy tú proteína vegetal  
Prepárate para verme  
en acción en tus menús

**¡Te aportaré todos  
tus nutrientes  
necesarios!!**

### MÁS VERDE

¡Llena tu plato de color con + frutas  
y verduras cada día!!

Se siguen las recomendaciones de la FEN, OMS, Estrategia NAOS y Plan 2020.

Los menús están sujetos a cambios debido a las variaciones de las materias primas en mercado.

Menú supervisado por la Dirección del Centro.



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
6		Arroz al horno con champiñón Merluza al horno Ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas verdes Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4, 14) 608 Kcal 23,2g Prot 16,1g Lip 86,1g Hc	Sopa de fideos con garbanzos Pollo cocido Repollo y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 781 Kcal 41,7g Prot 10,7g Lip 112,3g Hc	Crema de verduras (calabacín, acelga y zanahoria) Salteado de atún Verduras variadas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 4, 6) 461 Kcal 18,8g Prot 13,8g Lip 58,1g Hc	Alubias blancas estofadas (pimiento, zanahoria) Tortilla de patata Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 3) 833 Kcal 24,4g Prot 27,1g Lip 111,2g Hc
13	*Sopa de ave Cinta de lomo fresca al ajillo Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 696 Kcal 26,2g Prot 24,1g Lip 80,5g Hc	Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) *Tacos de rape en salsa Verduras variadas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 4) 744 Kcal 30,6g Prot 17,9g Lip 97,3g Hc	Crema de calabaza ECO Ragout de pavo en salsa de verduras (zanahoria y pimiento) Jardinera de verduras Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 671 Kcal 27,3g Prot 224,8g Lip 85,9g Hc	Alubias blancas estofadas (pimiento, zanahoria) Merluza al papillot Ensalada de lechuga y pepino Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 4) 715 Kcal 30,2g Prot 18,3g Lip 99,3g Hc	Arroz hortelano (j.verde, calabacín y zanahoria) Revuelto de huevo con champiñón Pisto manchego Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3) 651 Kcal 16g Prot 21,9g Lip 89,8g Hc
20	*Macarrones con salsa de calabaza ECO Filete de merluza plancha Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4, 14) 616 Kcal 20,2g Prot 16,5g Lip 87,4g Hc	Crema de guisantes Tortilla de calabacín y patata Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 3) 674 Kcal 19,6g Prot 26g Lip 109,8g Hc	Paella Valenciana Merluza al ajillo Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (2, 4, 12, 14) 809 Kcal 25,9g Prot 15,5g Lip 113,3g Hc	Menestra de verduras rehogadas (guisante y judía verde) Filete de pollo al chilindrón (pimientos) Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 497 Kcal 27,4g Prot 15g Lip 55,1g Hc	Pisto de verduras Garbanzos con champiñones Arroz integral Fruta de temporada Pan sin alérgenos 595 Kcal 16,3g Prot 14,6g Lip 87,8g Hc
27	Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Hamburguesa de ternera casera a la plancha Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 650 Kcal 33,8g Prot 23,8g Lip 64,9g Hc	Patatas estofadas con verduras (j.verde y pimiento) Albóndigas de ternera caseras en salsa Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 559 Kcal 23,6g Prot 22g Lip 59,4g Hc	Sopa de fideos con garbanzos Pollo cocido Repollo y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 781 Kcal 41,7g Prot 10,7g Lip 112,3g Hc	Arroz murciano *Merluza en salsa marinera Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4, 14) 660 Kcal 24,7g Prot 18,3g Lip 88,3g Hc	



Se ofrece diariamente agua y pan blanco, alternando con pan integral semanalmente.

Las frutas, hortalizas y verduras son de temporada y de proveedores de proximidad.

Menú elaborado por el Dpto. de Nutrición y Dietética de Algadi formado por profesionales cualificados., Dietistas y Nutricionistas: M.L.Col.(T.S. Nº2816) / H.C.Col. (CYL00366) / R.N.(T.S) Según el Reglamento 1169/2011 de información facilitada al consumidor, se informa sobre alérgenos presentes en alimentos no envasados y 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

A: ALÉRGICOS  
ECO: ECOLÓGICO



## SUGERENCIAS DESAYUNO SALUDABLE

### LÁCTEO



Leche  
Yogur  
Queso  
Cuajada  
Requesón

### CEREAL



Pan blanco  
Pan Integral  
Cereales  
Galletas

### FRUTA



Fruta Entera  
Zumo de frutas natural  
Tomate fresco

### OTROS



Aceite de Oliva  
(2 veces/semana)  
Mermelada casera  
y/o Miel  
(2 veces/semana)  
Bollería casera  
(1 vez/semana)

## SUGERENCIAS DE CENA

### SI COMES

### PUEDES CENAR

1º



Cereales  
(arroz/pasta)



Verduras cocinadas  
Hortalizas crudas



2º



Carne (pollo, ternera, cerdo)



Pescado o huevo



Huevo

Pescado o carne

POSTRES



Fruta



Lácteo o Fruta



Leche

Fruta

**NUEVO Real Decreto de comedores:  
¡lo esencial en 15"!**

**MENÚ SEMANAL:** Aumento de pescados,  
Legumbres y frutas.

**DIA DE LA PROTEÍNA VEGETAL:**  
1 vez/mes en los menús.

**PRODUCTOS ECOLÓGICOS:** aumento al  
5%.

**PRODUCTOS INTEGRALES:** mayor  
frecuencia de arroz y pasta integral y pan  
integral

**DISMINUCIÓN:** de fritos y precocinados

**AGUA:** Única bebida.

**MENÚS ESPECIALES:**  
alergias/intolerancias y familias  
informadas. Bocado Seguro

**ENTRADA EN VIGOR:** 16/04/2026

### MÁS VERDE

¡¡Llena tu plato de color con + frutas  
y verduras cada día!!

Se siguen las recomendaciones de la FEN, OMS, Estrategia NAOS y Plan 2020.

Los menús están sujetos a cambios debido a las variaciones de las materias primas en mercado.

Menú supervisado por la Dirección del Centro.



**¡Hola, soy PIPO!**

Soy tú proteína vegetal  
Prepárate para verme  
en acción en tus menús

¡Te aportaré todos  
tus nutrientes  
necesarios!!



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
6		Arroz con salsa de tomate Merluza al horno Ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas verdes Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4, 14) 624 Kcal 22,4g Prot 16,9g Lip 89,9g Hc	Sopa de ave de cocido Cocido (Garbanzo, ternera y pollo) Repollo y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 699 Kcal 28,7g Prot 13,5g Lip 108,3g Hc	Crema de verduras (calabacín, acelga y zanahoria) Atún con salsa de tomate Verduras variadas Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 4, 6, 7) 575 Kcal 23,8g Prot 20,2g Lip 66,2g Hc	Alubias blancas estofadas (pimiento, zanahoria) Lacón al horno Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 856 Kcal 35,1g Prot 28,1g Lip 108,9g Hc
13	*Sopa de ave Cinta de lomo fresca al ajillo Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 696 Kcal 26,2g Prot 24,1g Lip 80,5g Hc	Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Tacos de rape en salsa Verduras variadas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 1, 4) 738 Kcal 30,9g Prot 17,9g Lip 95,5g Hc	Crema de calabaza ECO Ragout de pavo en salsa de verduras (zanahoria y pimiento) Patatas dado Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 724 Kcal 26,8g Prot 229,6g Lip 90,3g Hc	Alubias blancas estofadas (pimiento, zanahoria) Merluza al papillot Ensalada de lechuga y pepino Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 4, 7) 770 Kcal 33,4g Prot 20,6g Lip 103,8g Hc	Arroz hortelano (j.verde, calabacín y zanahoria) Pollo salteado Pisto manchego Fruta de temporada Pan sin alérgenos 632 Kcal 24,5g Prot 16,3g Lip 90,2g Hc
20	*Macarrones con salsa de calabaza ECO *Merluza a la andaluza Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4, 14) 723 Kcal 20,3g Prot 24,6g Lip 96g Hc	Crema de guisantes Hamburguesa de ternera casera a la plancha Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 688 Kcal 25,7g Prot 23,2g Lip 82,8g Hc	Paella Valenciana Merluza al ajillo Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (2, 4, 12, 14) 837 Kcal 27,4g Prot 18,7g Lip 111,6g Hc	Menestra de verduras rehogadas (guisante y judía verde) Filete de pollo al chilindrón (pimientos) Zanahoria baby Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 7) 527 Kcal 30,4g Prot 13,3g Lip 62,4g Hc	Pisto de verduras Cazuelita de garbanzos con champiñón y comino Arroz integral Fruta de temporada Pan sin alérgenos 630 Kcal 16,4g Prot 17,9g Lip 88,8g Hc
27	Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Chuleta de cerdo al ajillo Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 743 Kcal 36,2g Prot 32,9g Lip 64,9g Hc	Patatas estofadas con verduras (j.verde y pimiento) Albóndigas mixtas en salsa Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 651 Kcal 13g Prot 23,5g Lip 71,3g Hc	Sopa de ave de cocido Cocido (Garbanzo, ternera y pollo) Repollo y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 699 Kcal 28,7g Prot 13,5g Lip 108,3g Hc	Arroz murciano Merluza en salsa marinera (gambas y mejillones) Ensalada de lechuga y maíz Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1, 2, 4, 12, 14, 7) 759 Kcal 27,5g Prot 20,5g Lip 93,6g Hc	



Se ofrece diariamente agua y pan blanco, alternando con pan integral semanalmente.

Las frutas, hortalizas y verduras son de temporada y de proveedores de proximidad.

Menú elaborado por el Dpto. de Nutrición y Dietética de Algadi formado por profesionales cualificados., Dietistas y Nutricionistas: M.L.Col.(T.S. Nº2816) / H.C.Col. (CYL00366) / R.N (T.S.)  
 Según el Reglamento 1169/2011 de información facilitada al consumidor, se informa sobre alérgenos presentes en alimentos no envasados y 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

A: ALÉRGICOS  
 ECO: ECOLÓGICO



## SUGERENCIAS DESAYUNO SALUDABLE

### LÁCTEO



Leche  
Yogur  
Queso  
Cuajada  
Requesón

### CEREAL



Pan blanco  
Pan Integral  
Cereales  
Galletas

### FRUTA



Fruta Entera  
Zumo de frutas natural  
Tomate fresco

### OTROS



Aceite de Oliva  
(2 veces/semana)  
Mermelada casera  
y/o Miel  
(2 veces/semana)  
Bollería casera  
(1 vez/semana)

## SUGERENCIAS DE CENA

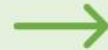
### SI COMES

### PUEDES CENAR

1º



Cereales  
(arroz/pasta)



Verduras cocinadas  
Hortalizas crudas



2º



Carne (pollo, ternera, cerdo)



Pescado o huevo



Huevo

Pescado o carne

POSTRES



Fruta



Lácteo o Fruta



Leche

Fruta

**NUEVO Real Decreto de comedores:  
¡lo esencial en 15"!**

**MENÚ SEMANAL:** Aumento de pescados,  
Legumbres y frutas.

**DIA DE LA PROTEÍNA VEGETAL:**  
1 vez/mes en los menús.

**PRODUCTOS ECOLÓGICOS:** aumento al  
5%.

**PRODUCTOS INTEGRALES:** mayor  
frecuencia de arroz y pasta integral y pan  
integral

**DISMINUCIÓN:** de fritos y precocinados

**AGUA:** Única bebida.

**MENÚS ESPECIALES:**  
alergias/intolerancias y familias  
informadas. Bocado Seguro

**ENTRADA EN VIGOR:** 16/04/2026



**¡Hola, soy PIPO!**

Soy tú proteína vegetal  
Prepárate para verme  
en acción en tus menús

**¡Te aportaré todos  
tus nutrientes  
necesarios!!**



### MÁS VERDE

¡¡Llena tu plato de color con + frutas  
y verduras cada día!!



Se siguen las recomendaciones de la FEN, OMS, Estrategia NAOS y Plan 2020.

Los menús están sujetos a cambios debido a las variaciones de las materias primas en mercado.

Menú supervisado por la Dirección del Centro.



COLABORADOR

Asociación de Celíacos y  
Sensibles al Gluten  
www.asociacionceliacos.org



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
6		Arroz con salsa de tomate Rabas de calamar Ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas verdes Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1, 12, 14) 744 Kcal 16,5g Prot 29,3g Lip 97,1g Hc	8 Sopa de cocido con fideos integrales ECO Cocido completo: garbanzos, ternera, pollo y cerdo Repollo y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1, 3, 6, 7, 14) 855 Kcal 273,5g Prot 26,4g Lip 109,5g Hc	9 Crema de verduras (calabacín, acelga y zanahoria) Atún con salsa de tomate Verduras variadas Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 4, 6, 7) 575 Kcal 23,8g Prot 20,2g Lip 66,2g Hc	10 Alubias blancas estofadas (pimiento, zanahoria) Tortilla de patata Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 3) 833 Kcal 24,4g Prot 27,1g Lip 111,2g Hc
13	Sopa de estrellas Cinta de lomo fresca al ajillo Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1, 3, 14) 711 Kcal 27g Prot 27,2g Lip 78,4g Hc	14 Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Tacos de rape en salsa Verduras variadas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 1, 4) 738 Kcal 30,9g Prot 17,9g Lip 95,5g Hc	15 Crema de calabaza ECO Ragout de pavo en salsa de verduras (zanahoria y pimiento) Patatas dado Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 724 Kcal 26,8g Prot 229,6g Lip 90,3g Hc	16 Alubias blancas estofadas (pimiento, zanahoria) Merluza al papillot Ensalada de lechuga y pepino Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 4, 7) 770 Kcal 33,4g Prot 20,6g Lip 103,8g Hc	17 Arroz hortelano (j.verde, calabacín y zanahoria) Huevo frito Pisto manchego Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3) 743 Kcal 18,1g Prot 32,1g Lip 89,7g Hc
20	Macarrones con salsa de calabaza ECO Boquerones a la andaluza Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1, 7, 3, 4, 14) 904 Kcal 24,3g Prot 32,2g Lip 119,2g Hc	21 Crema de guisantes Tortilla de calabacín y patata Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 3) 674 Kcal 19,6g Prot 26g Lip 109,8g Hc	22 Paella Valenciana Merluza al ajillo Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (2, 4, 12, 14) 837 Kcal 27,4g Prot 18,7g Lip 111,6g Hc	23 Menestra de verduras rehogadas (guisante y judía verde) Filete de pollo al chilindrón (pimientos) Zanahoria baby Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 7) 527 Kcal 30,4g Prot 13,3g Lip 62,4g Hc	24 Pisto de verduras Garbanzos con champiñones Arroz integral Fruta de temporada Pan sin alérgenos 595 Kcal 16,3g Prot 14,6g Lip 87,8g Hc
27	Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Revuelto de jamón york Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 3, 6) 611 Kcal 25,5g Prot 22,5g Lip 65,5g Hc	28 Patatas estofadas con verduras (j.verde y pimiento) Albóndigas mixtas en salsa Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 651 Kcal 13g Prot 23,5g Lip 71,3g Hc	29 Sopa de cocido con fideos integrales ECO Cocido completo: garbanzos, ternera, pollo y cerdo Repollo y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1, 3, 6, 7, 14) 855 Kcal 273,5g Prot 26,4g Lip 109,5g Hc	30 Arroz murciano Merluza en salsa marinera (gambas y mejillones) Ensalada de lechuga y maíz Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1, 2, 4, 12, 14, 7) 759 Kcal 27,5g Prot 20,5g Lip 93,6g Hc	



Se ofrece diariamente agua y pan blanco, alternando con pan integral semanalmente.

Las frutas, hortalizas y verduras son de temporada y de proveedores de proximidad.

Menú elaborado por el Dpto. de Nutrición y Dietética de Algadi formado por profesionales cualificados., Dietistas y Nutricionistas: M.L.Col.(T.S. Nº2816) / H.C.Col. (CYL00366) / R.N (T.S.)  
 Según el Reglamento 1169/2011 de información facilitada al consumidor, se informa sobre alérgenos presentes en alimentos no envasados y 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

A: ALÉRGICOS  
 ECO: ECOLÓGICO



## SUGERENCIAS DESAYUNO SALUDABLE

### LÁCTEO



Leche  
Yogur  
Queso  
Cuajada  
Requesón

### CEREAL



Pan blanco  
Pan Integral  
Cereales  
Galletas

### FRUTA



Fruta Entera  
Zumo de frutas natural  
Tomate fresco

### OTROS



Aceite de Oliva  
(2 veces/semana)  
Mermelada casera  
y/o Miel  
(2 veces/semana)  
Bollería casera  
(1 vez/semana)

## SUGERENCIAS DE CENA

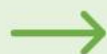
### SI COMES

### PUEDES CENAR

1º



Cereales  
(arroz/pasta)



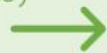
Verduras cocinadas  
Hortalizas crudas



2º



Carne (pollo, ternera, cerdo)



Pescado o huevo



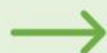
Huevo

Pescado o carne

### POSTRES



Fruta



Lácteo o Fruta



Leche

Fruta

**NUEVO** Real Decreto de comedores:  
¡lo esencial en 15"!

**MENÚ SEMANAL:** Aumento de pescados,  
Legumbres y frutas.

**DIA DE LA PROTEÍNA VEGETAL:**  
1 vez/mes en los menús.

**PRODUCTOS ECOLÓGICOS:** aumento al  
5%.

**PRODUCTOS INTEGRALES:** mayor  
frecuencia de arroz y pasta integral y pan  
integral

**DISMINUCIÓN:** de fritos y precocinados

**AGUA:** Única bebida.

**MENÚS ESPECIALES:**  
alergias/intolerancias y familias  
informadas. Bocado Seguro

**ENTRADA EN VIGOR:** 16/04/2026



¡Hola, soy PIPO!

Soy tú proteína vegetal  
Prepárate para verme  
en acción en tus menús  
¡Te aportaré todos  
tus nutrientes  
necesarios!!



### MÁS VERDE

¡Llena tu plato de color con + frutas  
y verduras cada día!!



Se siguen las recomendaciones de la FEN, OMS, Estrategia NAOS y Plan 2020.

Los menús están sujetos a cambios debido a las variaciones de las materias primas en mercado.

Menú supervisado por la Dirección del Centro.



6	LUNES	7	MARTES	8	MIÉRCOLES	9	JUEVES	10	VIERNES
			<p>Arroz con salsa de tomate Rabas de calamar Ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas verdes Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1, 12, 14)</p> <p>744 Kcal 16,5g Prot 29,3g Lip 97,1g Hc</p>		<p>*Sopa de ave Pollo cocido Patata y zanahoria cocida Fruta de temporada Pan sin alérgenos</p> <p>704 Kcal 36,9g Prot 16,1g Lip 87,4g Hc</p>		<p>Crema de verduras (calabacín,acelga y zanahoria ) Merluza en salsa de tomate Verduras variadas Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 4, 7)</p> <p>574 Kcal 24,5g Prot 20,9g Lip 62,9g Hc</p>		<p>Patatas estofadas con verduras Tortilla de patata Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 3)</p> <p>753 Kcal 15,5g Prot 26,6g Lip 95,4g Hc</p>
13	<p>*Sopa de ave Cinta de lomo fresca al ajillo Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14)</p> <p>696 Kcal 26,2g Prot 24,1g Lip 80,5g Hc</p>	14	<p>Macarrones al ajillo Tacos de rape en salsa Verduras variadas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1, 4)</p> <p>707 Kcal 20,3g Prot 14,3g Lip 112,2g Hc</p>	15	<p>Crema de calabaza ECO Ragout de pavo en salsa de verduras (zanahoria y pimiento) Patatas dado Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14)</p> <p>724 Kcal 26,8g Prot 229,6g Lip 90,3g Hc</p>	16	<p>Patatas estofadas con verduras Merluza al papillot Ensalada de lechuga y pepino Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 4, 7)</p> <p>690 Kcal 24,5g Prot 20g Lip 88g Hc</p>	17	<p>Arroz con verduras Huevo frito Pisto manchego Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3)</p> <p>715 Kcal 17,9g Prot 29g Lip 89,6g Hc</p>
20	<p>*Macarrones con salsa de calabaza ECO *Merluza a la andaluza Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4, 14)</p> <p>723 Kcal 20,3g Prot 24,6g Lip 96g Hc</p>	21	<p>Crema de calabacín Tortilla de calabacín y patata Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 3)</p> <p>653 Kcal 17,9g Prot 25,9g Lip 106,5g Hc</p>	22	<p>Paella Valenciana Merluza al ajillo Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (2, 4, 12, 14)</p> <p>837 Kcal 27,4g Prot 18,7g Lip 111,6g Hc</p>	23	<p>Verduras variadas rehogadas Filete de pollo al chilindrón (pimientos) Zanahoria baby Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 7)</p> <p>552 Kcal 29,6g Prot 16,2g Lip 60,9g Hc</p>	24	<p>Pisto de verduras Arroz integral con champiñones Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14)</p> <p>592 Kcal 9,3g Prot 18,1g Lip 87,8g Hc</p>
27	<p>Crema de verduras (calabacín,acelga y zanahoria ) Revuelto de huevo con champiñón Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 3)</p> <p>504 Kcal 14,1g Prot 21,3g Lip 54,9g Hc</p>	28	<p>Guiso de patatas con verduras Albóndigas de ternera caseras en salsa Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14)</p> <p>559 Kcal 23,6g Prot 22g Lip 59,3g Hc</p>	29	<p>*Sopa de ave Pollo cocido Patata y zanahoria cocida Fruta de temporada Pan sin alérgenos</p> <p>704 Kcal 36,9g Prot 16,1g Lip 87,4g Hc</p>	30	<p>Arroz con verduras Merluza en salsa marinera (gambas y mejillones) Ensalada de lechuga y maíz Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1, 2, 4, 12, 14, 7)</p> <p>708 Kcal 26,6g Prot 17,5g Lip 92g Hc</p>		



Se ofrece diariamente agua y pan blanco, alternando con pan integral semanalmente.

Las frutas, hortalizas y verduras son de temporada y de proveedores de proximidad.

Menú elaborado por el Dpto. de Nutrición y Dietética de Algadi formado por profesionales cualificados., Dietistas y Nutricionistas: M.L.Col.(T.S. Nº2816) / H.C.Col.: (CYL00366) / R.N (T.S) Según el Reglamento 1169/2011 de información facilitada al consumidor, se informa sobre alérgenos presentes en alimentos no envasados y 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

A: ALÉRGICOS  
ECO: ECOLÓGICO



## SUGERENCIAS DESAYUNO SALUDABLE

### LÁCTEO



Leche  
Yogur  
Queso  
Cuajada  
Requesón

### CEREAL



Pan blanco  
Pan Integral  
Cereales  
Galletas

### FRUTA



Fruta Entera  
Zumo de frutas natural  
Tomate fresco

### OTROS



Aceite de Oliva  
(2 veces/semana)  
Mermelada casera  
y/o Miel  
(2 veces/semana)  
Bollería casera  
(1 vez/semana)

## SUGERENCIAS DE CENA

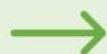
### SI COMES

### PUEDES CENAR

1º



Cereales  
(arroz/pasta)



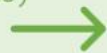
Verduras cocinadas  
Hortalizas crudas



2º



Carne (pollo, ternera, cerdo)



Pescado o huevo



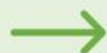
Huevo

Pescado o carne

POSTRES



Fruta



Lácteo o Fruta



Leche

Fruta



¡Hola, soy PIPO!

Soy tú proteína vegetal  
Prepárate para verme  
en acción en tus menús  
¡Te aportaré todos  
tus nutrientes  
necesarios!!



### MÁS VERDE

¡Llena tu plato de color con + frutas  
y verduras cada día!!



Se siguen las recomendaciones de la FEN, OMS, Estrategia NAOS y Plan 2020.

Los menús están sujetos a cambios debido a las variaciones de las materias primas en mercado.

Menú supervisado por la Dirección del Centro.

**NUEVO Real Decreto de comedores:  
¡lo esencial en 15"!**

**MENÚ SEMANAL:** Aumento de pescados,  
Legumbres y frutas.

**DIA DE LA PROTEÍNA VEGETAL:**  
1 vez/mes en los menús.

**PRODUCTOS ECOLÓGICOS:** aumento al  
5%.

**PRODUCTOS INTEGRALES:** mayor  
frecuencia de arroz y pasta integral y pan  
integral

**DISMINUCIÓN:** de fritos y precocinados

**AGUA:** Única bebida.

**MENÚS ESPECIALES:**  
alergias/intolerancias y familias  
informadas. Bocado Seguro

**ENTRADA EN VIGOR:** 16/04/2026





	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
6		Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa Ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas verdes Fruta de temporada Pan / Pan integral (3, 14, 1, 6, 10, 11) 662 Kcal 15,1g Prot 22,4g Lip 98,5g Hc	Sopa de cocido con fideos integrales ECO Cocido completo: garbanzos, ternera, pollo y cerdo Repollo y zanahoria Fruta de temporada Pan (1, 3, 6, 7, 14) 703 Kcal 274,9g Prot 26,8g Lip 78,9g Hc	Crema de verduras (calabacín, acelga y zanahoria) Lacón al horno Verduras variadas Yogur sabor / Fruta de temporada Pan (14, 7, 1) 741 Kcal 33,3g Prot 30,4g Lip 79,5g Hc	Alubias blancas estofadas (pimiento, zanahoria) Tortilla de patata Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan / Pan integral (14, 3, 1, 6, 10, 11) 847 Kcal 30,8g Prot 28,3g Lip 115,2g Hc
13	Sopa de estrellas Cinta de lomo fresca al ajillo Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan (1, 3, 14) 623 Kcal 30,3g Prot 27,9g Lip 61,2g Hc	Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Hamburguesa de ternera en salsa Verduras variadas Fruta de temporada Pan / Pan integral (14, 1, 6, 10, 11) 782 Kcal 41,6g Prot 22,1g Lip 97,5g Hc	Crema de calabaza ECO Ragout de pavo en salsa de verduras (zanahoria y pimiento) Patatas dado Fruta de temporada Pan (14, 1) 636 Kcal 30,1g Prot 230,2g Lip 73,2g Hc	Alubias blancas estofadas (pimiento, zanahoria) Filete de pollo a la plancha Ensalada de lechuga y pepino Yogur sabor / Fruta de temporada Pan (14, 7, 1) 626 Kcal 38,5g Prot 20g Lip 72,1g Hc	Arroz hortelano (j.verde, calabacín y zanahoria) Huevo frito Pisto manchego Fruta de temporada Pan / Pan integral (3, 1, 6, 10, 11) 720 Kcal 20,3g Prot 32,5g Lip 84,9g Hc
20	Macarrones con salsa de calabaza ECO Contramuslo de pollo asado al limón Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan (1, 7, 14) 647 Kcal 31,9g Prot 23,5g Lip 75,9g Hc	Crema de guisantes Tortilla de calabacín y patata Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada Pan / Pan integral (14, 3, 1, 6, 10, 11) 688 Kcal 26g Prot 27,2g Lip 113,8g Hc	Paella de verduras Filete de pavo plancha Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan (14, 1) 652 Kcal 25,5g Prot 16,2g Lip 96,6g Hc	Menestra de verduras rehogadas (guisante y judía verde) Filete de pollo al chilindrón (pimientos) Zanahoria baby Yogur sabor / Fruta de temporada Pan (14, 7, 1) 654 Kcal 36,9g Prot 14,3g Lip 90g Hc	Pisto de verduras Cazuelita de garbanzos con champiñón y comino Arroz integral Fruta de temporada Pan / Pan integral (1, 6, 10, 11) 606 Kcal 18,6g Prot 18,4g Lip 84,1g Hc
27	Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Revuelto de jamón york Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan (14, 3, 6, 1) 585 Kcal 27,4g Prot 22,9g Lip 60,7g Hc	Patatas estofadas con verduras (j.verde y pimiento) Albóndigas mixtas en salsa Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Fruta de temporada Pan / Pan integral (14, 1, 6, 10, 11) 790 Kcal 20g Prot 24,7g Lip 101,1g Hc	Sopa de cocido con fideos integrales ECO Cocido completo: garbanzos, ternera, pollo y cerdo Repollo y zanahoria Fruta de temporada Pan (1, 3, 6, 7, 14) 703 Kcal 274,9g Prot 26,8g Lip 78,9g Hc	Arroz murciano Tortilla francesa Ensalada de lechuga y maíz Yogur sabor / Fruta de temporada Pan (3, 14, 7, 1) 742 Kcal 18,7g Prot 25,8g Lip 101,3g Hc	



Se ofrece diariamente agua y pan blanco, alternando con pan integral semanalmente.  
Las frutas, hortalizas y verduras son de temporada y de proveedores de proximidad.

A: ALÉRGICOS  
ECO: ECOLÓGICO



## SUGERENCIAS DESAYUNO SALUDABLE

### LÁCTEO



Leche  
Yogur  
Queso  
Cuajada  
Requesón

### CEREAL



Pan blanco  
Pan Integral  
Cereales  
Galletas

### FRUTA



Fruta Entera  
Zumo de frutas natural  
Tomate fresco

### OTROS



Aceite de Oliva  
(2 veces/semana)  
Mermelada casera  
y/o Miel  
(2 veces/semana)  
Bollería casera  
(1 vez/semana)

## SUGERENCIAS DE CENA

### SI COMES

### PUEDES CENAR

1º



Cereales  
(arroz/pasta)



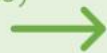
Verduras cocinadas  
Hortalizas crudas



2º



Carne (pollo, ternera, cerdo)



Pescado o huevo



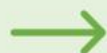
Huevo

Pescado o carne

POSTRES



Fruta



Lácteo o Fruta



Leche

Fruta

**NUEVO Real Decreto de comedores:  
¡lo esencial en 15"!**

**MENÚ SEMANAL:** Aumento de pescados,  
Legumbres y frutas.

**DIA DE LA PROTEÍNA VEGETAL:**  
1 vez/mes en los menús.

**PRODUCTOS ECOLÓGICOS:** aumento al  
5%.

**PRODUCTOS INTEGRALES:** mayor  
frecuencia de arroz y pasta integral y pan  
integral

**DISMINUCIÓN:** de fritos y precocinados

**AGUA:** Única bebida.

**MENÚS ESPECIALES:**  
alergias/intolerancias y familias  
informadas. Bocado Seguro

**ENTRADA EN VIGOR:** 16/04/2026



**¡Hola, soy PIPO!**

Soy tú proteína vegetal  
Prepárate para verme  
en acción en tus menús  
**¡Te aportaré todos  
tus nutrientes  
necesarios!!**



### MÁS VERDE

¡Llena tu plato de color con **+ frutas  
y verduras** cada día!!



Se siguen las recomendaciones de la FEN, OMS, Estrategia NAOS y Plan 2020.

Los menús están sujetos a cambios debido a las variaciones de las materias primas en mercado.

Menú supervisado por la Dirección del Centro.

**SIN  
GLUTEN**

COLABORADOR

Asociación de Celíacos y  
Sensibles al Gluten  
www.asociacionceliacos.org



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES		
6		Arroz con salsa de tomate Rabas de calamar Ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas verdes Fruta de temporada Pan / Pan integral (1, 12, 14, 6, 10, 11) 721 Kcal 18,7g Prot 29,8g Lip 92,3g Hc	8	Garbanzos con verduras Morcillo guisado Repollo y zanahoria Fruta de temporada Pan (14, 1) 572 Kcal 31,9g Prot 32,2g Lip 65,9g Hc	9	Crema de verduras (calabacín, acelga y zanahoria) Atún con salsa de tomate Verduras variadas Yogur sabor / Fruta de temporada Pan (14, 4, 6, 7, 1) 613 Kcal 27,6g Prot 20,9g Lip 74,9g Hc	
13	Sopa de estrellas Cinta de lomo fresca al ajillo Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan (1, 3, 14) 623 Kcal 30,3g Prot 27,9g Lip 61,2g Hc	14	Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Tacos de rape en salsa Verduras variadas Fruta de temporada Pan / Pan integral (14, 1, 4, 6, 10, 11) 752 Kcal 37,3g Prot 19,1g Lip 99,5g Hc	15	Crema de calabaza ECO Ragout de pavo en salsa de verduras (zanahoria y pimiento) Patatas dado Fruta de temporada Pan (14, 1) 636 Kcal 30,1g Prot 230,2g Lip 73,2g Hc	16	Alubias blancas estofadas (pimiento, zanahoria) Limanda al horno Ensalada de lechuga y pepino Yogur sabor / Fruta de temporada Pan (14, 4, 7, 1) 543 Kcal 21g Prot 19,1g Lip 72,9g Hc
20	Macarrones con salsa de calabaza ECO Boquerones a la andaluza Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan (1, 7, 3, 4, 14) 752 Kcal 25,7g Prot 32,6g Lip 88,6g Hc	21	Crema de guisantes *Filete de pavo en salsa Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada Pan / Pan integral (14, 1, 6, 10, 11) 662 Kcal 28,5g Prot 19,2g Lip 90,5g Hc	22	Paella de verduras Merluza al ajillo Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan (4, 14, 1) 648 Kcal 26,7g Prot 16g Lip 95,3g Hc	23	Menestra de verduras rehogadas (guisante y judía verde) Estofado de cerdo al chilindrón Zanahoria baby Yogur sabor / Fruta de temporada Pan (14, 7, 1) 716 Kcal 37,8g Prot 15,6g Lip 89,7g Hc
27	Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Revuelto de jamón york Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan (14, 3, 6, 1) 585 Kcal 27,4g Prot 22,9g Lip 60,7g Hc	28	Patatas estofadas con verduras (j. verde y pimiento) Albóndigas mixtas en salsa Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Fruta de temporada Pan / Pan integral (14, 1, 6, 10, 11) 790 Kcal 20g Prot 24,7g Lip 101,1g Hc	29	Garbanzos con verduras Morcillo guisado Repollo y zanahoria Fruta de temporada Pan (14, 1) 572 Kcal 31,9g Prot 32,2g Lip 65,9g Hc	30	Arroz murciano Merluza en salsa marinera (gambas y mejillones) Ensalada de lechuga y maíz Yogur sabor / Fruta de temporada Pan (1, 2, 4, 12, 14, 7) 733 Kcal 29,5g Prot 20,8g Lip 88,8g Hc



Se ofrece diariamente agua y pan blanco, alternando con pan integral semanalmente.

Las frutas, hortalizas y verduras son de temporada y de proveedores de proximidad.

Menú elaborado por el Dpto. de Nutrición y Dietética de Algadi formado por profesionales cualificados, Dietistas y Nutricionistas: M.L. Col. (T.S. Nº2816) / H.C. Col. (CYL00366) / R.N (T.S.)  
Según el Reglamento 1169/2011 de información facilitada al consumidor, se informa sobre alérgenos presentes en alimentos no envasados y 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

A: ALÉRGENOS  
ECO: ECOLÓGICO



## SUGERENCIAS DESAYUNO SALUDABLE

### LÁCTEO



Leche  
Yogur  
Queso  
Cuajada  
Requesón

### CEREAL



Pan blanco  
Pan Integral  
Cereales  
Galletas

### FRUTA



Fruta Entera  
Zumo de frutas natural  
Tomate fresco

### OTROS



Aceite de Oliva  
(2 veces/semana)  
Mermelada casera  
y/o Miel  
(2 veces/semana)  
Bollería casera  
(1 vez/semana)

## SUGERENCIAS DE CENA

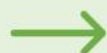
### SI COMES

### PUEDES CENAR

1º



Cereales  
(arroz/pasta)



Verduras cocinadas  
Hortalizas crudas



2º



Carne (pollo, ternera, cerdo)



Pescado o huevo



Huevo

Pescado o carne

POSTRES



Fruta



Lácteo o Fruta



Leche

Fruta

**NUEVO** Real Decreto de comedores:  
¡lo esencial en 15"!

**MENÚ SEMANAL:** Aumento de pescados,  
Legumbres y frutas.

**DIA DE LA PROTEÍNA VEGETAL:**  
1 vez/mes en los menús.

**PRODUCTOS ECOLÓGICOS:** aumento al  
5%.

**PRODUCTOS INTEGRALES:** mayor  
frecuencia de arroz y pasta integral y pan  
integral

**DISMINUCIÓN:** de fritos y precocinados

**AGUA:** Única bebida.

**MENÚS ESPECIALES:**  
alergias/intolerancias y familias  
informadas. Bocado Seguro

**ENTRADA EN VIGOR:** 16/04/2026



¡Hola, soy PIPO!

Soy tú proteína vegetal  
Prepárate para verme  
en acción en tus menús  
¡Te aportaré todos  
tus nutrientes  
necesarios!!



MÁS VERDE

¡Llena tu plato de color con + frutas  
y verduras cada día!!



Se siguen las recomendaciones de la FEN, OMS, Estrategia NAOS y Plan 2020.

Los menús están sujetos a cambios debido a las variaciones de las materias primas en mercado.

Menú supervisado por la Dirección del Centro.

SIN  
GLUTEN

COLABORADOR

Asociación de Celíacos y  
Sensibles al Gluten  
www.asociacionceliacos.org



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
6		Arroz con salsa de tomate Merluza al horno Ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas verdes Fruta de temporada Pan (4, 14, 1) 598 Kcal 24,4g Prot 17,2g Lip 85,1g Hc	Sopa de cocido con fideos integrales ECO Cocido (Garbanzo, ternera y pollo) Repollo y zanahoria Fruta de temporada Pan (1, 14) 586 Kcal 270,8g Prot 16,9g Lip 79,2g Hc	Crema de verduras (calabacín, acelga y zanahoria) Atún con salsa de tomate Verduras variadas Fruta de temporada Pan (14, 4, 6, 1) 558 Kcal 24,4g Prot 18,6g Lip 70,5g Hc	Alubias blancas estofadas (pimiento, zanahoria) Tortilla de patata Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan (14, 3, 1) 745 Kcal 27,7g Prot 27,8g Lip 94,1g Hc
13	Sopa de estrellas Cinta de lomo fresca al ajillo Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan (1, 3, 14) 623 Kcal 30,3g Prot 27,9g Lip 61,2g Hc	Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Tacos de rape en salsa Verduras variadas Fruta de temporada Pan (14, 1, 4) 650 Kcal 34,1g Prot 18,6g Lip 78,4g Hc	Crema de calabaza ECO Ragout de pavo en salsa de verduras (zanahoria y pimiento) Patatas dado Fruta de temporada Pan (14, 1) 636 Kcal 30,1g Prot 230,2g Lip 73,2g Hc	Alubias blancas estofadas (pimiento, zanahoria) Merluza al papillot Ensalada de lechuga y pepino Fruta de temporada Pan (14, 4, 1) 627 Kcal 33,5g Prot 18,9g Lip 82,2g Hc	Arroz hortelano (j.verde, calabacín y zanahoria) Huevo frito Pisto manchego Fruta de temporada Pan (3, 1) 717 Kcal 20,1g Prot 32,4g Lip 84,9g Hc
20	Macarrones con salsa de calabaza ECO *Merluza a la andaluza Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan (1, 4, 14) 674 Kcal 27,2g Prot 25,6g Lip 82,6g Hc	Crema de guisantes Tortilla de calabacín y patata Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada Pan (14, 3, 1) 586 Kcal 22,9g Prot 26,6g Lip 92,7g Hc	Paella Valenciana Merluza al ajillo Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan (2, 4, 12, 14, 1) 748 Kcal 30,7g Prot 19,4g Lip 94,5g Hc	Menestra de verduras rehogadas (guisante y judía verde) Filete de pollo al chilindrón (pimientos) Zanahoria baby Fruta de temporada Pan (14, 1) 599 Kcal 33,7g Prot 12g Lip 85,5g Hc	Pisto de verduras Cazuelita de garbanzos con champiñón y comino Arroz integral Fruta de temporada Pan (1) 603 Kcal 18,4g Prot 18,3g Lip 84g Hc
27	Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Revuelto de huevo con champiñón Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan (14, 3, 1) 579 Kcal 26,4g Prot 22,5g Lip 60g Hc	Patatas estofadas con verduras (j.verde y pimiento) Albóndigas mixtas en salsa Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Fruta de temporada Pan (14, 1) 689 Kcal 16,9g Prot 24,2g Lip 80g Hc	Sopa de ave de cocido Cocido (Garbanzo, ternera y pollo) Repollo y zanahoria Fruta de temporada Pan (14, 1) 548 Kcal 30,1g Prot 13,8g Lip 77,7g Hc	Arroz murciano Merluza en salsa marinera (gambas y mejillones) Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan (1, 2, 4, 12, 14) 678 Kcal 26,3g Prot 18,5g Lip 84,3g Hc	



Se ofrece diariamente agua y pan blanco, alternando con pan integral semanalmente.

Las frutas, hortalizas y verduras son de temporada y de proveedores de proximidad.

Menú elaborado por el Dpto. de Nutrición y Dietética de Algadi formado por profesionales cualificados., Dietistas y Nutricionistas: M.L.Col.(T.S. Nº2816) / H.C.Col. (CYL00366) / R.N (T.S) Según el Reglamento 1169/2011 de información facilitada al consumidor, se informa sobre alérgenos presentes en alimentos no envasados y 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

A: ALÉRGICOS  
ECO: ECOLÓGICO



## SUGERENCIAS DESAYUNO SALUDABLE

### LÁCTEO



Leche  
Yogur  
Queso  
Cuajada  
Requesón

### CEREAL



Pan blanco  
Pan Integral  
Cereales  
Galletas

### FRUTA



Fruta Entera  
Zumo de frutas natural  
Tomate fresco

### OTROS



Aceite de Oliva  
(2 veces/semana)  
Mermelada casera  
y/o Miel  
(2 veces/semana)  
Bollería casera  
(1 vez/semana)

## SUGERENCIAS DE CENA

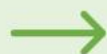
### SI COMES

### PUEDES CENAR

1º



Cereales  
(arroz/pasta)



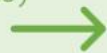
Verduras cocinadas  
Hortalizas crudas



2º



Carne (pollo, ternera, cerdo)



Pescado o huevo



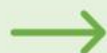
Huevo

Pescado o carne

### POSTRES



Fruta



Lácteo o Fruta



Leche

Fruta

**NUEVO Real Decreto de comedores:  
¡lo esencial en 15"!**

**MENÚ SEMANAL:** Aumento de pescados,  
Legumbres y frutas.

**DIA DE LA PROTEÍNA VEGETAL:**  
1 vez/mes en los menús.

**PRODUCTOS ECOLÓGICOS:** aumento al  
5%.

**PRODUCTOS INTEGRALES:** mayor  
frecuencia de arroz y pasta integral y pan  
integral

**DISMINUCIÓN:** de fritos y precocinados

**AGUA:** Única bebida.

**MENÚS ESPECIALES:**  
alergias/intolerancias y familias  
informadas. Bocado Seguro

**ENTRADA EN VIGOR:** 16/04/2026

## MÁS VERDE

¡¡Llena tu plato de color con + frutas  
y verduras cada día!!

Se siguen las recomendaciones de la FEN, OMS, Estrategia NAOS y Plan 2020.

Los menús están sujetos a cambios debido a las variaciones de las materias primas en mercado.

Menú supervisado por la Dirección del Centro.



**¡Hola, soy PIPO!**

Soy tú proteína vegetal  
Prepárate para verme  
en acción en tus menús  
¡¡Te aportaré todos  
tus nutrientes  
necesarios!!





	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES		
6		Arroz con champiñones Rabas de calamar Ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas verdes Fruta de temporada Pan / Pan integral (1, 12, 14, 6, 10, 11) 677 Kcal 19,5g Prot 26g Lip 88,4g Hc	8	Sopa de cocido con fideos integrales ECO Cocido completo: garbanzos, ternera, pollo y cerdo Repollo y zanahoria Fruta de temporada Pan (1, 3, 6, 7, 14) 703 Kcal 274,9g Prot 26,8g Lip 78,9g Hc	9	Crema de verduras (calabacín, acelga y zanahoria) Salteado de atún Verduras variadas Yogur sabor / Fruta de temporada Pan (14, 4, 6, 7, 1) 553 Kcal 25,8g Prot 16,7g Lip 71,3g Hc	
13	Sopa de estrellas Cinta de lomo fresca al ajillo Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan (1, 3, 14) 623 Kcal 30,3g Prot 27,9g Lip 61,2g Hc	14	Lentejas estofadas Tacos de rape en salsa Verduras variadas Fruta de temporada Pan / Pan integral (14, 1, 4, 6, 10, 11) 716 Kcal 36,9g Prot 16,1g Lip 97,7g Hc	15	Crema de calabaza ECO Ragout de pavo en salsa de verduras (zanahoria y pimiento) Patatas dado Fruta de temporada Pan (14, 1) 636 Kcal 30,1g Prot 230,2g Lip 73,2g Hc	16	Alubias blancas estofadas Merluza al papillot Ensalada de lechuga y pepino Yogur sabor / Fruta de temporada Pan (14, 4, 7, 1) 609 Kcal 34,4g Prot 20,9g Lip 71,2g Hc
20	Macarrones con salsa de calabaza ECO Boquerones a la andaluza Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan (1, 7, 3, 4, 14) 752 Kcal 25,7g Prot 32,6g Lip 88,6g Hc	21	Crema de guisantes Tortilla de calabacín y patata Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada Pan / Pan integral (14, 3, 1, 6, 10, 11) 688 Kcal 26g Prot 27,2g Lip 113,8g Hc	22	*Paella valenciana Merluza al ajillo Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan (4, 14, 1) 649 Kcal 31,3g Prot 16,8g Lip 90,7g Hc	23	Menestra de verduras rehogadas (guisante y judía verde) Filete de pollo a la plancha Zanahoria baby Yogur sabor / Fruta de temporada Pan (14, 7, 1) 646 Kcal 35,4g Prot 14,3g Lip 88,1g Hc
27	Lentejas estofadas Revuelto de jamón york Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan (14, 3, 6, 1) 548 Kcal 27,1g Prot 19,8g Lip 58,9g Hc	28	Patatas estofadas con verduras Albóndigas de ternera caseras en salsa Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan / Pan integral (14, 1, 6, 10, 11) 725 Kcal 30,6g Prot 26,2g Lip 89g Hc	29	Sopa de cocido con fideos integrales ECO Cocido completo: garbanzos, ternera, pollo y cerdo Repollo y zanahoria Fruta de temporada Pan (1, 3, 6, 7, 14) 703 Kcal 274,9g Prot 26,8g Lip 78,9g Hc	30	Arroz murciano Merluza en salsa marinera (gambas y mejillones) Ensalada de lechuga y maíz Yogur sabor / Fruta de temporada Pan (1, 2, 4, 12, 14, 7) 733 Kcal 29,5g Prot 20,8g Lip 88,8g Hc



Se ofrece diariamente agua y pan blanco, alternando con pan integral semanalmente.

Las frutas, hortalizas y verduras son de temporada y de proveedores de proximidad.

Menú elaborado por el Dpto. de Nutrición y Dietética de Algadi formado por profesionales cualificados., Dietistas y Nutricionistas: M.L.Col.(T.S. Nº2816) / H.C.Col. (CYL00366) / R.N.(T.S.)  
Según el Reglamento 1169/2011 de información facilitada al consumidor, se informa sobre alérgenos presentes en alimentos no envasados y 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

A: ALÉRGICOS  
ECO: ECOLÓGICO



## SUGERENCIAS DESAYUNO SALUDABLE

### LÁCTEO



Leche  
Yogur  
Queso  
Cuajada  
Requesón

### CEREAL



Pan blanco  
Pan Integral  
Cereales  
Galletas

### FRUTA



Fruta Entera  
Zumo de frutas natural  
Tomate fresco

### OTROS



Aceite de Oliva  
(2 veces/semana)  
Mermelada casera  
y/o Miel  
(2 veces/semana)  
Bollería casera  
(1 vez/semana)

## SUGERENCIAS DE CENA

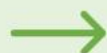
### SI COMES

### PUEDES CENAR

1º



Cereales  
(arroz/pasta)



Verduras cocinadas  
Hortalizas crudas



2º



Carne (pollo, ternera, cerdo)



Pescado o huevo



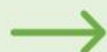
Huevo

Pescado o carne

POSTRES



Fruta



Lácteo o Fruta



Leche

Fruta

**NUEVO** Real Decreto de comedores:  
¡lo esencial en 15"!

**MENÚ SEMANAL:** Aumento de pescados,  
Legumbres y frutas.

**DIA DE LA PROTEÍNA VEGETAL:**  
1 vez/mes en los menús.

**PRODUCTOS ECOLÓGICOS:** aumento al  
5%.

**PRODUCTOS INTEGRALES:** mayor  
frecuencia de arroz y pasta integral y pan  
integral

**DISMINUCIÓN:** de fritos y precocinados

**AGUA:** Única bebida.

**MENÚS ESPECIALES:**  
alergias/intolerancias y familias  
informadas. Bocado Seguro

**ENTRADA EN VIGOR:** 16/04/2026

## MÁS VERDE

¡¡Llena tu plato de color con + frutas  
y verduras cada día!!

Se siguen las recomendaciones de la FEN, OMS, Estrategia NAOS y Plan 2020.

Los menús están sujetos a cambios debido a las variaciones de las materias primas en mercado.

Menú supervisado por la Dirección del Centro.



¡Hola, soy PIPO!

Soy tú proteína vegetal  
Prepárate para verme  
en acción en tus menús  
¡Te aportaré todos  
tus nutrientes  
necesarios!!





	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
6		Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa Ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas verdes Fruta de temporada Pan (3, 14, 1) 659 Kcal 14,9g Prot 22,3g Lip 98,5g Hc	Sopa de cocido con fideos integrales ECO Cocido (Garbanzo, ternera y pollo) Repollo y zanahoria Fruta de temporada Pan (1, 14) 586 Kcal 270,8g Prot 16,9g Lip 79,2g Hc	Crema de verduras (calabacín, acelga y zanahoria) Lacón al horno Verduras variadas Fruta de temporada Pan (14, 1) 687 Kcal 30,1g Prot 28,1g Lip 75,1g Hc	Alubias blancas estofadas (pimiento, zanahoria) Tortilla de patata Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan (14, 3, 1) 745 Kcal 27,7g Prot 27,8g Lip 94,1g Hc
13	Sopa de estrellas Cinta de lomo fresca al ajillo Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan (1, 3, 14) 623 Kcal 30,3g Prot 27,9g Lip 61,2g Hc	Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Hamburguesa de ternera en salsa Verduras variadas Fruta de temporada Pan (14, 1) 680 Kcal 38,4g Prot 21,5g Lip 76,4g Hc	Crema de calabaza ECO Ragout de pavo en salsa de verduras (zanahoria y pimiento) Patatas dado Fruta de temporada Pan (14, 1) 636 Kcal 30,1g Prot 230,2g Lip 73,2g Hc	Alubias blancas estofadas (pimiento, zanahoria) Filete de pollo a la plancha Ensalada de lechuga y pepino Fruta de temporada Pan (14, 1) 634 Kcal 37,2g Prot 18g Lip 81,1g Hc	Arroz hortelano (j.verde, calabacín y zanahoria) Huevo frito Pisto manchego Fruta de temporada Pan (3, 1) 717 Kcal 20,1g Prot 32,4g Lip 84,9g Hc
20	Macarrones con salsa de calabaza ECO Contramuslo de pollo asado al limón Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan (1, 14) 641 Kcal 31,6g Prot 23,2g Lip 75,5g Hc	Crema de guisantes Tortilla de calabacín y patata Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada Pan (14, 3, 1) 586 Kcal 22,9g Prot 26,6g Lip 92,7g Hc	Paella de verduras Filete de pavo plancha Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan (14, 1) 652 Kcal 25,5g Prot 16,2g Lip 96,6g Hc	Menestra de verduras rehogadas (guisante y judía verde) Filete de pollo al chilindrón (pimientos) Zanahoria baby Fruta de temporada Pan (14, 1) 599 Kcal 33,7g Prot 12g Lip 85,5g Hc	Pisto de verduras Cazuelita de garbanzos con champiñón y comino Arroz integral Fruta de temporada Pan (1) 603 Kcal 18,4g Prot 18,3g Lip 84g Hc
27	Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Revuelto de huevo con champiñón Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan (14, 3, 1) 579 Kcal 26,4g Prot 22,5g Lip 60g Hc	Patatas estofadas con verduras (j.verde y pimiento) Albóndigas mixtas en salsa Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Fruta de temporada Pan (14, 1) 689 Kcal 16,9g Prot 24,2g Lip 80g Hc	Sopa de ave de cocido Cocido (Garbanzo, ternera y pollo) Repollo y zanahoria Fruta de temporada Pan (14, 1) 548 Kcal 30,1g Prot 13,8g Lip 77,7g Hc	Arroz murciano Tortilla francesa Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan (3, 14, 1) 687 Kcal 15,6g Prot 23,5g Lip 96,9g Hc	



Se ofrece diariamente agua y pan blanco, alternando con pan integral semanalmente.

Las frutas, hortalizas y verduras son de temporada y de proveedores de proximidad.

Menú elaborado por el Dpto. de Nutrición y Dietética de Algadi formado por profesionales cualificados., Dietistas y Nutricionistas: M.L.Col.(T.S. Nº2816) / H.C.Col. (CYL00366) / R.N.(T.S.)  
 Según el Reglamento 1169/2011 de información facilitada al consumidor, se informa sobre alérgenos presentes en alimentos no envasados y 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

A: ALÉRGICOS  
 ECO: ECOLÓGICO



## SUGERENCIAS DESAYUNO SALUDABLE

### LÁCTEO



Leche  
Yogur  
Queso  
Cuajada  
Requesón

### CEREAL



Pan blanco  
Pan Integral  
Cereales  
Galletas

### FRUTA



Fruta Entera  
Zumo de frutas natural  
Tomate fresco

### OTROS



Aceite de Oliva  
(2 veces/semana)  
Mermelada casera  
y/o Miel  
(2 veces/semana)  
Bollería casera  
(1 vez/semana)

## SUGERENCIAS DE CENA

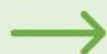
### SI COMES

### PUEDES CENAR

1º



Cereales  
(arroz/pasta)



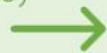
Verduras cocinadas  
Hortalizas crudas



2º



Carne (pollo, ternera, cerdo)



Pescado o huevo



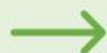
Huevo

Pescado o carne

POSTRES



Fruta



Lácteo o Fruta



Leche

Fruta

**NUEVO Real Decreto de comedores:  
¡lo esencial en 15"!**

**MENÚ SEMANAL:** Aumento de pescados,  
Legumbres y frutas.

**DIA DE LA PROTEÍNA VEGETAL:**  
1 vez/mes en los menús.

**PRODUCTOS ECOLÓGICOS:** aumento al  
5%.

**PRODUCTOS INTEGRALES:** mayor  
frecuencia de arroz y pasta integral y pan  
integral

**DISMINUCIÓN:** de fritos y precocinados

**AGUA:** Única bebida.

**MENÚS ESPECIALES:**  
alergias/intolerancias y familias  
informadas. Bocado Seguro

**ENTRADA EN VIGOR:** 16/04/2026

## MÁS VERDE

¡¡Llena tu plato de color con + frutas  
y verduras cada día!!

Se siguen las recomendaciones de la FEN, OMS, Estrategia NAOS y Plan 2020.

Los menús están sujetos a cambios debido a las variaciones de las materias primas en mercado.

Menú supervisado por la Dirección del Centro.



**¡Hola, soy PIPO!**

Soy tú proteína vegetal  
Prepárate para verme  
en acción en tus menús  
¡¡Te aportaré todos  
tus nutrientes  
necesarios!!





6	LUNES	7	MARTES	8	MIÉRCOLES	9	JUEVES	10	VIERNES
			Arroz con salsa de tomate Merluza al horno Ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas verdes Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4, 14) 624 Kcal 22,4g Prot 16,9g Lip 89,9g Hc		*Sopa de ave Pollo cocido Patata y zanahoria cocida Fruta de temporada Pan sin alérgenos 704 Kcal 36,9g Prot 16,1g Lip 87,4g Hc		Crema de verduras (calabacín, acelga y zanahoria) Merluza en salsa de tomate Verduras variadas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 4) 519 Kcal 21,3g Prot 18,6g Lip 58,4g Hc		Patatas estofadas con verduras Tortilla de patata Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 3) 753 Kcal 15,5g Prot 26,6g Lip 95,4g Hc
13	*Sopa de ave Cinta de lomo fresca al ajillo Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 696 Kcal 26,2g Prot 24,1g Lip 80,5g Hc	14	Macarrones al ajillo Tacos de rape en salsa Verduras variadas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1, 4) 707 Kcal 20,3g Prot 14,3g Lip 112,2g Hc	15	Crema de calabaza ECO Ragout de pavo en salsa de verduras (zanahoria y pimiento) Patatas dado Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 724 Kcal 26,8g Prot 229,6g Lip 90,3g Hc	16	Patatas estofadas con verduras Merluza al papillot Ensalada de lechuga y pepino Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 4) 635 Kcal 21,3g Prot 17,7g Lip 83,5g Hc	17	Arroz con verduras Huevo frito Pisto manchego Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3) 715 Kcal 17,9g Prot 29g Lip 89,6g Hc
20	*Macarrones con salsa de calabaza ECO *Merluza a la andaluza Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4, 14) 723 Kcal 20,3g Prot 24,6g Lip 96g Hc	21	Crema de calabacín Tortilla de calabacín y patata Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 3) 653 Kcal 17,9g Prot 25,9g Lip 106,5g Hc	22	Paella Valenciana Merluza al ajillo Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (2, 4, 12, 14) 837 Kcal 27,4g Prot 18,7g Lip 111,6g Hc	23	Verduras variadas rehogadas Filete de pollo al chilindrón (pimientos) Zanahoria baby Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 497 Kcal 26,5g Prot 13,9g Lip 56,4g Hc	24	Pisto de verduras Arroz integral con champiñones Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 592 Kcal 9,3g Prot 18,1g Lip 87,8g Hc
27	Crema de verduras (calabacín, acelga y zanahoria) Revuelto de huevo con champiñón Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 3) 504 Kcal 14,1g Prot 21,3g Lip 54,9g Hc	28	Guiso de patatas con verduras Albóndigas de ternera caseras en salsa Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 559 Kcal 23,6g Prot 22g Lip 59,3g Hc	29	*Sopa de ave Pollo cocido Patata y zanahoria cocida Fruta de temporada Pan sin alérgenos 704 Kcal 36,9g Prot 16,1g Lip 87,4g Hc	30	Arroz con verduras Merluza en salsa marinera (gambas y mejillones) Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1, 2, 4, 12, 14) 654 Kcal 23,5g Prot 15,2g Lip 87,6g Hc		



Se ofrece diariamente agua y pan blanco, alternando con pan integral semanalmente.

Las frutas, hortalizas y verduras son de temporada y de proveedores de proximidad.

Menú elaborado por el Dpto. de Nutrición y Dietética de Algadi formado por profesionales cualificados., Dietistas y Nutricionistas: M.L.Col.(T.S. Nº2816) / H.C.Col. (CYL00366) / R.N (T.S) Según el Reglamento 1169/2011 de información facilitada al consumidor, se informa sobre alérgenos presentes en alimentos no envasados y 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

A: ALÉRGICOS  
ECO: ECOLÓGICO



## SUGERENCIAS DESAYUNO SALUDABLE

### LÁCTEO



Leche  
Yogur  
Queso  
Cuajada  
Requesón

### CEREAL



Pan blanco  
Pan Integral  
Cereales  
Galletas

### FRUTA



Fruta Entera  
Zumo de frutas natural  
Tomate fresco

### OTROS



Aceite de Oliva  
(2 veces/semana)  
Mermelada casera  
y/o Miel  
(2 veces/semana)  
Bollería casera  
(1 vez/semana)

## SUGERENCIAS DE CENA

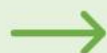
### SI COMES

### PUEDES CENAR

1º



Cereales  
(arroz/pasta)



Verduras cocinadas  
Hortalizas crudas



2º



Carne (pollo, ternera, cerdo)



Pescado o huevo



Huevo

Pescado o carne

POSTRES



Fruta



Lácteo o Fruta



Leche

Fruta

**NUEVO Real Decreto de comedores:  
¡lo esencial en 15"!**

**MENÚ SEMANAL:** Aumento de pescados,  
Legumbres y frutas.

**DIA DE LA PROTEÍNA VEGETAL:**  
1 vez/mes en los menús.

**PRODUCTOS ECOLÓGICOS:** aumento al  
5%.

**PRODUCTOS INTEGRALES:** mayor  
frecuencia de arroz y pasta integral y pan  
integral

**DISMINUCIÓN:** de fritos y precocinados

**AGUA:** Única bebida.

**MENÚS ESPECIALES:**  
alergias/intolerancias y familias  
informadas. Bocado Seguro

**ENTRADA EN VIGOR:** 16/04/2026



**¡Hola, soy PIPO!**

Soy tú proteína vegetal  
Prepárate para verme  
en acción en tus menús  
**¡Te aportaré todos  
tus nutrientes  
necesarios!!**



### MÁS VERDE

¡Llena tu plato de color con + frutas  
y verduras cada día!!



Se siguen las recomendaciones de la FEN, OMS, Estrategia NAOS y Plan 2020.

Los menús están sujetos a cambios debido a las variaciones de las materias primas en mercado.

Menú supervisado por la Dirección del Centro.

**SIN  
GLUTEN**

COLABORADOR

Asociación de Celíacos y  
Sensibles al Gluten  
www.asociacionceliacos.org



6	LUNES	7	MARTES	8	MIÉRCOLES	9	JUEVES	10	VIERNES
			Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa Ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas verdes Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3, 14) 685 Kcal 12,9g Prot 21,9g Lip 103,3g Hc		*Sopa de ave Pollo cocido Patata y zanahoria cocida Fruta de temporada Pan sin alérgenos 704 Kcal 36,9g Prot 16,1g Lip 87,4g Hc		Crema de verduras (calabacín, acelga y zanahoria) Merluza en salsa de tomate Verduras variadas Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 4, 7) 574 Kcal 24,5g Prot 20,9g Lip 62,9g Hc		Patatas estofadas con verduras Tortilla de patata Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 3) 753 Kcal 15,5g Prot 26,6g Lip 95,4g Hc
13	*Sopa de ave Cinta de lomo fresca al ajillo Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 696 Kcal 26,2g Prot 24,1g Lip 80,5g Hc	14	Macarrones al ajillo Hamburguesa de ternera en salsa Verduras variadas Fruta de temporada Pan sin alérgenos 737 Kcal 24,6g Prot 17,3g Lip 110,2g Hc	15	Crema de calabaza ECO Ragout de pavo en salsa de verduras (zanahoria y pimiento) Patatas dado Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 724 Kcal 26,8g Prot 229,6g Lip 90,3g Hc	16	Patatas estofadas con verduras Filete de pollo a la plancha Ensalada de lechuga y pepino Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 7) 697 Kcal 28,2g Prot 19,1g Lip 86,9g Hc	17	Arroz con verduras Huevo frito Pisto manchego Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3) 715 Kcal 17,9g Prot 29g Lip 89,6g Hc
20	*Macarrones con salsa de calabaza ECO Contramuslo de pollo asado al limón Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 690 Kcal 24,6g Prot 22,2g Lip 88,8g Hc	21	Crema de calabacín Tortilla de calabacín y patata Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 3) 653 Kcal 17,9g Prot 25,9g Lip 106,5g Hc	22	Paella de verduras Filete de pavo plancha Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 741 Kcal 22,3g Prot 15,5g Lip 113,7g Hc	23	Verduras variadas rehogadas Filete de pollo al chilindrón (pimientos) Zanahoria baby Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 7) 552 Kcal 29,6g Prot 16,2g Lip 60,9g Hc	24	Pisto de verduras Arroz integral con champiñones Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 592 Kcal 9,3g Prot 18,1g Lip 87,8g Hc
27	Crema de verduras (calabacín, acelga y zanahoria) Revuelto de huevo con champiñón Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 3) 504 Kcal 14,1g Prot 21,3g Lip 54,9g Hc	28	Guiso de patatas con verduras Albóndigas de ternera caseras en salsa Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 559 Kcal 23,6g Prot 22g Lip 59,3g Hc	29	*Sopa de ave Pollo cocido Patata y zanahoria cocida Fruta de temporada Pan sin alérgenos 704 Kcal 36,9g Prot 16,1g Lip 87,4g Hc	30	Arroz con verduras Tortilla francesa Ensalada de lechuga y maíz Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3, 14, 7) 717 Kcal 15,9g Prot 22,5g Lip 104,5g Hc		



Se ofrece diariamente agua y pan blanco, alternando con pan integral semanalmente.

Las frutas, hortalizas y verduras son de temporada y de proveedores de proximidad.

Menú elaborado por el Dpto. de Nutrición y Dietética de Algadi formado por profesionales cualificados., Dietistas y Nutricionistas: M.L.Col.(T.S. Nº2816) / H.C.Col. (CYL00366) / R.N.(T.S.)  
 Según el Reglamento 1169/2011 de información facilitada al consumidor, se informa sobre alérgenos presentes en alimentos no envasados y 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

A: ALÉRGICOS  
 ECO: ECOLÓGICO



## SUGERENCIAS DESAYUNO SALUDABLE

### LÁCTEO



Leche  
Yogur  
Queso  
Cuajada  
Requesón

### CEREAL



Pan blanco  
Pan Integral  
Cereales  
Galletas

### FRUTA



Fruta Entera  
Zumo de frutas natural  
Tomate fresco

### OTROS



Aceite de Oliva  
(2 veces/semana)  
Mermelada casera  
y/o Miel  
(2 veces/semana)  
Bollería casera  
(1 vez/semana)

## SUGERENCIAS DE CENA

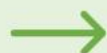
### SI COMES

### PUEDES CENAR

1º



Cereales  
(arroz/pasta)



Verduras cocinadas  
Hortalizas crudas



2º



Carne (pollo, ternera, cerdo)



Pescado o huevo



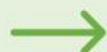
Huevo

Pescado o carne

POSTRES



Fruta



Lácteo o Fruta



Leche

Fruta

**NUEVO** Real Decreto de comedores:  
¡lo esencial en 15"!

**MENÚ SEMANAL:** Aumento de pescados,  
Legumbres y frutas.

**DIA DE LA PROTEÍNA VEGETAL:**  
1 vez/mes en los menús.

**PRODUCTOS ECOLÓGICOS:** aumento al  
5%.

**PRODUCTOS INTEGRALES:** mayor  
frecuencia de arroz y pasta integral y pan  
integral

**DISMINUCIÓN:** de fritos y precocinados

**AGUA:** Única bebida.

**MENÚS ESPECIALES:**  
alergias/intolerancias y familias  
informadas. Bocado Seguro

**ENTRADA EN VIGOR:** 16/04/2026



¡Hola, soy PIPO!

Soy tú proteína vegetal  
Prepárate para verme  
en acción en tus menús  
¡Te aportaré todos  
tus nutrientes  
necesarios!!



MÁS VERDE

¡Llena tu plato de color con + frutas  
y verduras cada día!!



Se siguen las recomendaciones de la FEN, OMS, Estrategia NAOS y Plan 2020.

Los menús están sujetos a cambios debido a las variaciones de las materias primas en mercado.

Menú supervisado por la Dirección del Centro.

SIN  
GLUTEN

COLABORADOR

Asociación de Celíacos y  
Sensibles al Gluten  
www.asociacionceliacos.org



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
6		Arroz con salsa de tomate Filete de pavo plancha Ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas verdes Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 629 Kcal 21,1g Prot 17g Lip 91,2g Hc	*Sopa de ave Pollo cocido Patata y zanahoria cocida Fruta de temporada Pan sin alérgenos 704 Kcal 36,9g Prot 16,1g Lip 87,4g Hc	Crema de verduras (calabacín, acelga y zanahoria) Lacón al horno Verduras variadas Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 7) 704 Kcal 29,4g Prot 29,8g Lip 70,8g Hc	Patatas estofadas con verduras Lacón al horno Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 776 Kcal 26,1g Prot 27,5g Lip 93,1g Hc
13	*Sopa de ave Cinta de lomo fresca al ajillo Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 696 Kcal 26,2g Prot 24,1g Lip 80,5g Hc	Macarrones al ajillo Hamburguesa de ternera en salsa Verduras variadas Fruta de temporada Pan sin alérgenos 737 Kcal 24,6g Prot 17,3g Lip 110,2g Hc	Crema de calabaza ECO Ragout de pavo en salsa de verduras (zanahoria y pimiento) Patatas dado Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 724 Kcal 26,8g Prot 229,6g Lip 90,3g Hc	Patatas estofadas con verduras Contramuslo de pollo al horno Ensalada de lechuga y pepino Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 7) 698 Kcal 28,2g Prot 19,1g Lip 87g Hc	Arroz con verduras Pollo salteado Pisto manchego Fruta de temporada Pan sin alérgenos 604 Kcal 24,3g Prot 13,3g Lip 90,1g Hc
20	*Macarrones con salsa de calabaza ECO Contramuslo de pollo asado al limón Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 690 Kcal 24,6g Prot 22,2g Lip 88,8g Hc	Crema de calabacín Hamburguesa de ternera casera a la plancha Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 666 Kcal 24g Prot 23,1g Lip 79,5g Hc	Paella de verduras Filete de pavo a la plancha Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 741 Kcal 22,3g Prot 15,5g Lip 113,7g Hc	Verduras variadas rehogadas Filete de pollo al chilindrón (pimientos) Zanahoria baby Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 7) 552 Kcal 29,6g Prot 16,2g Lip 60,9g Hc	Pisto de verduras Arroz integral con champiñones Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 592 Kcal 9,3g Prot 18,1g Lip 87,8g Hc
27	Crema de verduras (calabacín, acelga y zanahoria) Chuleta de cerdo al ajillo Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 642 Kcal 25,8g Prot 32,1g Lip 54,9g Hc	Guiso de patatas con verduras Albóndigas de ternera caseras en salsa Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 559 Kcal 23,6g Prot 22g Lip 59,3g Hc	*Sopa de ave Pollo cocido Patata y zanahoria cocida Fruta de temporada Pan sin alérgenos 704 Kcal 36,9g Prot 16,1g Lip 87,4g Hc	Arroz con verduras Filete de pavo al limón Ensalada de lechuga y maíz Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 7) 642 Kcal 24,4g Prot 14,6g Lip 94,2g Hc	



Se ofrece diariamente agua y pan blanco, alternando con pan integral semanalmente.

Las frutas, hortalizas y verduras son de temporada y de proveedores de proximidad.

Menú elaborado por el Dpto. de Nutrición y Dietética de Algadi formado por profesionales cualificados., Dietistas y Nutricionistas: M.L Col.(T.S. Nº2816) / H.C Col.: (CYL00366) / R.N (T.S) Según el Reglamento 1169/2011 de información facilitada al consumidor, se informa sobre alérgenos presentes en alimentos no envasados y 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

A: ALÉRGICOS  
ECO: ECOLÓGICO



## SUGERENCIAS DESAYUNO SALUDABLE

### LÁCTEO



Leche  
Yogur  
Queso  
Cuajada  
Requesón

### CEREAL



Pan blanco  
Pan Integral  
Cereales  
Galletas

### FRUTA



Fruta Entera  
Zumo de frutas natural  
Tomate fresco

### OTROS



Aceite de Oliva  
(2 veces/semana)  
Mermelada casera  
y/o Miel  
(2 veces/semana)  
Bollería casera  
(1 vez/semana)

## SUGERENCIAS DE CENA

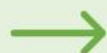
### SI COMES

### PUEDES CENAR

1º



Cereales  
(arroz/pasta)



Verduras cocinadas  
Hortalizas crudas



2º



Carne (pollo, ternera, cerdo)



Pescado o huevo



Huevo

Pescado o carne

POSTRES



Fruta



Lácteo o Fruta



Leche

Fruta

**NUEVO Real Decreto de comedores:  
¡lo esencial en 15"!**

**MENÚ SEMANAL:** Aumento de pescados,  
Legumbres y frutas.

**DI A DE LA PROTEÍNA VEGETAL:**  
1 vez/mes en los menús.

**PRODUCTOS ECOLÓGICOS:** aumento al  
5%.

**PRODUCTOS INTEGRALES:** mayor  
frecuencia de arroz y pasta integral y pan  
integral

**DISMINUCIÓN:** de fritos y precocinados

**AGUA:** Única bebida.

**MENÚS ESPECIALES:**  
alergias/intolerancias y familias  
informadas. Bocado Seguro

**ENTRADA EN VIGOR:** 16/04/2026



**¡Hola, soy PIPO!**

Soy tú proteína vegetal  
Prepárate para verme  
en acción en tus menús  
**¡Te aportaré todos  
tus nutrientes  
necesarios!!**



### MÁS VERDE

¡Llena tu plato de color con + frutas  
y verduras cada día!!



Se siguen las recomendaciones de la FEN, OMS, Estrategia NAOS y Plan 2020.

Los menús están sujetos a cambios debido a las variaciones de las materias primas en mercado.

Menú supervisado por la Dirección del Centro.

**SIN  
GLUTEN**

COLABORADOR

Asociación de Celíacos y  
Sensibles al Gluten  
www.asociacionceliacos.org



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
6		Arroz con salsa de tomate Filete de pavo plancha Ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas verdes Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 629 Kcal 21,1g Prot 17g Lip 91,2g Hc	Sopa de ave de cocido Cocido (Garbanzo, ternera y pollo) Repollo y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 699 Kcal 28,7g Prot 13,5g Lip 108,3g Hc	Crema de verduras (calabacín, acelga y zanahoria) Lacón al horno Verduras variadas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 649 Kcal 26,3g Prot 27,5g Lip 66,4g Hc	Alubias blancas estofadas (pimiento, zanahoria) Lacón al horno Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 856 Kcal 35,1g Prot 28,1g Lip 108,9g Hc
13	*Sopa de ave Cinta de lomo fresca al ajillo Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 696 Kcal 26,2g Prot 24,1g Lip 80,5g Hc	Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Hamburguesa de ternera en salsa Verduras variadas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 768 Kcal 35,2g Prot 20,9g Lip 93,5g Hc	Crema de calabaza ECO Ragout de pavo en salsa de verduras (zanahoria y pimiento) Patatas dado Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 724 Kcal 26,8g Prot 229,6g Lip 90,3g Hc	Alubias blancas estofadas (pimiento, zanahoria) Contramuslo de pollo al horno Ensalada de lechuga y pepino Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 723 Kcal 34g Prot 17,3g Lip 98,4g Hc	Arroz hortelano (j.verde, calabacín y zanahoria) Pollo salteado Pisto manchego Fruta de temporada Pan sin alérgenos 632 Kcal 24,5g Prot 16,3g Lip 90,2g Hc
20	*Macarrones con salsa de calabaza ECO Contramuslo de pollo asado al limón Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 690 Kcal 24,6g Prot 22,2g Lip 88,8g Hc	Crema de guisantes Hamburguesa de ternera casera a la plancha Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 688 Kcal 25,7g Prot 23,2g Lip 82,8g Hc	Paella de verduras Filete de pavo a la plancha Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 741 Kcal 22,3g Prot 15,5g Lip 113,7g Hc	Menestra de verduras rehogadas (guisante y judía verde) Filete de pollo al chilindrón (pimientos) Zanahoria baby Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 473 Kcal 27,3g Prot 11g Lip 57,9g Hc	Pisto de verduras Garbanzos con champiñones Arroz integral Fruta de temporada Pan sin alérgenos 595 Kcal 16,3g Prot 14,6g Lip 87,8g Hc
27	Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) *Pastel de ternera casero con puré de patata casero Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 637 Kcal 27,2g Prot 20,8g Lip 73,3g Hc	Patatas estofadas con verduras (j.verde y pimiento) Albóndigas mixtas en salsa Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 651 Kcal 13g Prot 23,5g Lip 71,3g Hc	Sopa de ave de cocido Cocido (Garbanzo, ternera y pollo) Repollo y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 699 Kcal 28,7g Prot 13,5g Lip 108,3g Hc	Arroz murciano Filete de pavo al limón Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 638 Kcal 22,1g Prot 15,3g Lip 91,3g Hc	



Se ofrece diariamente agua y pan blanco, alternando con pan integral semanalmente.

Las frutas, hortalizas y verduras son de temporada y de proveedores de proximidad.

Menú elaborado por el Dpto. de Nutrición y Dietética de Algadi formado por profesionales cualificados., Dietistas y Nutricionistas: M.L.Col.(T.S. Nº2816) / H.C.Col. (CYL00366) / R.N.(T.S.)  
 Según el Reglamento 1169/2011 de información facilitada al consumidor, se informa sobre alérgenos presentes en alimentos no envasados y 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

A: ALÉRGICOS  
 ECO: ECOLÓGICO



## SUGERENCIAS DESAYUNO SALUDABLE

### LÁCTEO



Leche  
Yogur  
Queso  
Cuajada  
Requesón

### CEREAL



Pan blanco  
Pan Integral  
Cereales  
Galletas

### FRUTA



Fruta Entera  
Zumo de frutas natural  
Tomate fresco

### OTROS



Aceite de Oliva  
(2 veces/semana)  
Mermelada casera  
y/o Miel  
(2 veces/semana)  
Bollería casera  
(1 vez/semana)

## SUGERENCIAS DE CENA

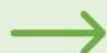
### SI COMES

### PUEDES CENAR

1º



Cereales  
(arroz/pasta)



Verduras cocinadas  
Hortalizas crudas



2º



Carne (pollo, ternera, cerdo)



Pescado o huevo



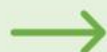
Huevo

Pescado o carne

POSTRES



Fruta



Lácteo o Fruta



Fruta

**NUEVO Real Decreto de comedores:  
¡lo esencial en 15"!**

**MENÚ SEMANAL:** Aumento de pescados,  
Legumbres y frutas.

**DIA DE LA PROTEÍNA VEGETAL:**  
1 vez/mes en los menús.

**PRODUCTOS ECOLÓGICOS:** aumento al  
5%.

**PRODUCTOS INTEGRALES:** mayor  
frecuencia de arroz y pasta integral y pan  
integral

**DISMINUCIÓN:** de fritos y precocinados

**AGUA:** Única bebida.

**MENÚS ESPECIALES:**  
alergias/intolerancias y familias  
informadas. Bocado Seguro

**ENTRADA EN VIGOR:** 16/04/2026

### MÁS VERDE

¡¡Llena tu plato de color con + frutas  
y verduras cada día!!

Se siguen las recomendaciones de la FEN, OMS, Estrategia NAOS y Plan 2020.

Los menús están sujetos a cambios debido a las variaciones de las materias primas en mercado.

Menú supervisado por la Dirección del Centro.



**¡Hola, soy PIPO!**

Soy tú proteína vegetal  
Prepárate para verme  
en acción en tus menús  
¡¡Te aportaré todos  
tus nutrientes  
necesarios!!



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
6		Arroz con salsa de tomate Merluza al horno Ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas verdes Fruta de temporada Pan (4, 14, 1) 598 Kcal 24,4g Prot 17,2g Lip 85,1g Hc	Sopa de fideos con garbanzos Pollo cocido Patata y zanahoria cocida Fruta de temporada Pan (1, 3) 730 Kcal 46,8g Prot 17,9g Lip 87g Hc	Crema de verduras (calabacín, acelga y zanahoria) Atún con salsa de tomate Verduras variadas Fruta de temporada Pan (14, 4, 6, 1) 558 Kcal 24,4g Prot 18,6g Lip 70,5g Hc	Alubias blancas estofadas (pimiento, zanahoria) Tortilla de patata Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan (14, 3, 1) 745 Kcal 27,7g Prot 27,8g Lip 94,1g Hc
13	Sopa de estrellas Cinta de lomo fresca al ajillo Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan (1, 3, 14) 623 Kcal 30,3g Prot 27,9g Lip 61,2g Hc	Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Tacos de rape en salsa Verduras variadas Fruta de temporada Pan (14, 1, 4) 650 Kcal 34,1g Prot 18,6g Lip 78,4g Hc	Crema de calabaza ECO Ragout de pavo en salsa de verduras (zanahoria y pimiento) Patatas dado Fruta de temporada Pan (14, 1) 636 Kcal 30,1g Prot 230,2g Lip 73,2g Hc	Alubias blancas estofadas (pimiento, zanahoria) Merluza al papillot Ensalada de lechuga y pepino Fruta de temporada Pan (14, 4, 1) 627 Kcal 33,5g Prot 18,9g Lip 82,2g Hc	Arroz hortelano (j.verde, calabacín y zanahoria) Huevo frito Pisto manchego Fruta de temporada Pan (3, 1) 717 Kcal 20,1g Prot 32,4g Lip 84,9g Hc
20	Macarrones con salsa de calabaza ECO *Merluza a la andaluza Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan (1, 4, 14) 674 Kcal 27,2g Prot 25,6g Lip 82,6g Hc	Crema de guisantes Tortilla de calabacín y patata Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada Pan (14, 3, 1) 586 Kcal 22,9g Prot 26,6g Lip 92,7g Hc	Paella Valenciana Merluza al ajillo Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan (2, 4, 12, 14, 1) 748 Kcal 30,7g Prot 19,4g Lip 94,5g Hc	Menestra de verduras rehogadas (guisante y judía verde) Filete de pollo al chilindrón (pimientos) Zanahoria baby Fruta de temporada Pan (14, 1) 599 Kcal 33,7g Prot 12g Lip 85,5g Hc	Pisto de verduras Cazuelita de garbanzos con champiñón y comino Arroz integral Fruta de temporada Pan (1) 603 Kcal 18,4g Prot 18,3g Lip 84g Hc
27	Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) *Filete de pavo en salsa Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan (14, 1) 648 Kcal 34g Prot 19,2g Lip 77,2g Hc	Patatas estofadas con verduras (j.verde y pimiento) Albóndigas de pollo en salsa Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Fruta de temporada Pan (14, 1) 578 Kcal 26,8g Prot 20,8g Lip 67,6g Hc	Sopa de fideos con garbanzos Pollo cocido Patata y zanahoria cocida Fruta de temporada Pan (1, 3) 730 Kcal 46,8g Prot 17,9g Lip 87g Hc	Arroz murciano Merluza en salsa marinera (gambas y mejillones) Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan (1, 2, 4, 12, 14) 678 Kcal 26,3g Prot 18,5g Lip 84,3g Hc	



Se ofrece diariamente agua y pan blanco, alternando con pan integral semanalmente.

Las frutas, hortalizas y verduras son de temporada y de proveedores de proximidad.

Menú elaborado por el Dpto. de Nutrición y Dietética de Algadi formado por profesionales cualificados., Dietistas y Nutricionistas: M.L.Col.(T.S. Nº2816) / H.C.Col. (CYL00366) / R.N.(T.S.) Según el Reglamento 1169/2011 de información facilitada al consumidor, se informa sobre alérgenos presentes en alimentos no envasados y 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

A: ALÉRGENOS  
ECO: ECOLÓGICO



## SUGERENCIAS DESAYUNO SALUDABLE

### LÁCTEO



Leche  
Yogur  
Queso  
Cuajada  
Requesón

### CEREAL



Pan blanco  
Pan Integral  
Cereales  
Galletas

### FRUTA



Fruta Entera  
Zumo de frutas natural  
Tomate fresco

### OTROS



Aceite de Oliva  
(2 veces/semana)  
Mermelada casera  
y/o Miel  
(2 veces/semana)  
Bollería casera  
(1 vez/semana)

## SUGERENCIAS DE CENA

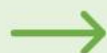
### SI COMES

### PUEDES CENAR

1º



Cereales  
(arroz/pasta)



Verduras cocinadas  
Hortalizas crudas



2º



Carne (pollo, ternera, cerdo)



Pescado o huevo



Huevo

Pescado o carne

POSTRES



Fruta



Lácteo o Fruta



Fruta

**NUEVO Real Decreto de comedores:  
¡lo esencial en 15"!**

**MENÚ SEMANAL:** Aumento de pescados,  
Legumbres y frutas.

**DIA DE LA PROTEÍNA VEGETAL:**  
1 vez/mes en los menús.

**PRODUCTOS ECOLÓGICOS:** aumento al  
5%.

**PRODUCTOS INTEGRALES:** mayor  
frecuencia de arroz y pasta integral y pan  
integral

**DISMINUCIÓN:** de fritos y precocinados

**AGUA:** Única bebida.

**MENÚS ESPECIALES:**  
alergias/intolerancias y familias  
informadas. Bocado Seguro

**ENTRADA EN VIGOR:** 16/04/2026



**¡Hola, soy PIPO!**

Soy tú proteína vegetal  
Prepárate para verme  
en acción en tus menús  
**¡Te aportaré todos  
tus nutrientes  
necesarios!!**



**MÁS VERDE**

¡Llena tu plato de color con **+ frutas  
y verduras** cada día!!



Se siguen las recomendaciones de la FEN, OMS, Estrategia NAOS y Plan 2020.

Los menús están sujetos a cambios debido a las variaciones de las materias primas en mercado.

Menú supervisado por la Dirección del Centro.

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
6		Arroz con champiñones Merluza al horno Ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas verdes Fruta de temporada Pan (4, 14, 1) 555 Kcal 25,1g Prot 13,5g Lip 81,2g Hc	Sopa de fideos con garbanzos Pollo cocido Repollo rehogado Fruta de temporada Pan (1, 3) 680 Kcal 46,7g Prot 15g Lip 82,2g Hc	Crema de verduras (calabacín, acelga y zanahoria) Salteado de atún Verduras variadas Fruta de temporada Pan (14, 4, 6, 1) 499 Kcal 22,7g Prot 14,4g Lip 66,8g Hc	Lentejas estofadas Tortilla de patata Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan (14, 3, 1) 717 Kcal 29g Prot 24,9g Lip 83,5g Hc
13	Sopa de estrellas Cinta de lomo fresca al ajillo Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan (1, 3, 14) 623 Kcal 30,3g Prot 27,9g Lip 61,2g Hc	Lentejas estofadas Tacos de rape en salsa Verduras variadas Fruta de temporada Pan (14, 1, 4) 614 Kcal 33,8g Prot 15,6g Lip 76,5g Hc	Crema de calabaza ECO Ragout de pavo en salsa de verduras (zanahoria y pimiento) Jardinera de verduras Fruta de temporada Pan (14, 1) 583 Kcal 30,6g Prot 225,4g Lip 68,8g Hc	Alubias blancas estofadas Merluza al papillot Ensalada de lechuga y pepino Fruta de temporada Pan (14, 4, 1) 617 Kcal 33,1g Prot 18,9g Lip 80,2g Hc	Arroz con verduras Revuelto de huevo con champiñón Verduras variadas Fruta de temporada Pan (3, 1) 591 Kcal 18g Prot 18,9g Lip 83,6g Hc
20	Macarrones con salsa de calabaza ECO Filete de merluza plancha Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan (1, 4, 14) 567 Kcal 27,1g Prot 17,5g Lip 74g Hc	Crema de guisantes Tortilla de calabacín y patata Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada Pan (14, 3, 1) 586 Kcal 22,9g Prot 26,6g Lip 92,7g Hc	*Paella valenciana Merluza al ajillo Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan (4, 14, 1) 621 Kcal 29,7g Prot 13,6g Lip 92,4g Hc	Menestra de verduras rehogadas (guisante y judía verde) Filete de pollo a la plancha Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta de temporada Pan (14, 1) 615 Kcal 32,5g Prot 16g Lip 80,7g Hc	Verduras variadas rehogadas Garbanzos con champiñones Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan (14, 1) 566 Kcal 18,6g Prot 17,1g Lip 73,3g Hc
27	Lentejas estofadas Hamburguesa de ternera casera a la plancha Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan (14, 1) 588 Kcal 35,4g Prot 21,2g Lip 58,2g Hc	Patatas estofadas con verduras Albóndigas de ternera caseras en salsa Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan (14, 1) 623 Kcal 27,4g Prot 25,6g Lip 67,9g Hc	Sopa de fideos con garbanzos Pollo cocido Repollo rehogado Fruta de temporada Pan (1, 3) 680 Kcal 46,7g Prot 15g Lip 82,2g Hc	Arroz murciano *Merluza en salsa marinera Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan (4, 14, 1) 634 Kcal 26,6g Prot 18,6g Lip 83,5g Hc	



Se ofrece diariamente agua y pan blanco, alternando con pan integral semanalmente.

Las frutas, hortalizas y verduras son de temporada y de proveedores de proximidad.

Menú elaborado por el Dpto. de Nutrición y Dietética de Algadi formado por profesionales cualificados., Dietistas y Nutricionistas: M.L.Col.(T.S. Nº2816) / H.C.Col. (CYL00366) / R.N (T.S) Según el Reglamento 1169/2011 de información facilitada al consumidor, se informa sobre alérgenos presentes en alimentos no envasados y 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

A: ALÉRGENOS  
ECO: ECOLÓGICO



## SUGERENCIAS DESAYUNO SALUDABLE

### LÁCTEO



Leche  
Yogur  
Queso  
Cuajada  
Requesón

### CEREAL



Pan blanco  
Pan Integral  
Cereales  
Galletas

### FRUTA



Fruta Entera  
Zumo de frutas natural  
Tomate fresco

### OTROS



Aceite de Oliva  
(2 veces/semana)  
Mermelada casera  
y/o Miel  
(2 veces/semana)  
Bollería casera  
(1 vez/semana)

## SUGERENCIAS DE CENA

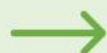
### SI COMES

### PUEDES CENAR

1º



Cereales  
(arroz/pasta)



Verduras cocinadas  
Hortalizas crudas



2º



Carne (pollo, ternera, cerdo)



Pescado o huevo



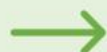
Huevo

Pescado o carne

### POSTRES



Fruta



Lácteo o Fruta



Leche

Fruta

**NUEVO Real Decreto de comedores:  
¡lo esencial en 15"!**

**MENÚ SEMANAL:** Aumento de pescados,  
Legumbres y frutas.

**DIA DE LA PROTEÍNA VEGETAL:**  
1 vez/mes en los menús.

**PRODUCTOS ECOLÓGICOS:** aumento al  
5%.

**PRODUCTOS INTEGRALES:** mayor  
frecuencia de arroz y pasta integral y pan  
integral

**DISMINUCIÓN:** de fritos y precocinados

**AGUA:** Única bebida.

**MENÚS ESPECIALES:**  
alergias/intolerancias y familias  
informadas. Bocado Seguro

**ENTRADA EN VIGOR:** 16/04/2026

## MÁS VERDE

¡¡Llena tu plato de color con + frutas  
y verduras cada día!!

Se siguen las recomendaciones de la FEN, OMS, Estrategia NAOS y Plan 2020.

Los menús están sujetos a cambios debido a las variaciones de las materias primas en mercado.

Menú supervisado por la Dirección del Centro.



**¡Hola, soy PIPO!**

Soy tú proteína vegetal  
Prepárate para verme  
en acción en tus menús  
¡¡Te aportaré todos  
tus nutrientes  
necesarios!!





6	LUNES	7	MARTES	8	MIÉRCOLES	9	JUEVES	10	VIERNES
		Arroz con salsa de tomate Merluza al horno Ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas verdes Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4, 14) 624 Kcal 22,4g Prot 16,9g Lip 89,9g Hc	*Sopa de ave Pollo cocido Patata y zanahoria cocida Fruta de temporada Pan sin alérgenos 704 Kcal 36,9g Prot 16,1g Lip 87,4g Hc	Crema de verduras (calabacín, acelga y zanahoria) Merluza en salsa de tomate Verduras variadas Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 4, 7) 574 Kcal 24,5g Prot 20,9g Lip 62,9g Hc	Patatas estofadas con verduras Tortilla de patata Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 3) 753 Kcal 15,5g Prot 26,6g Lip 95,4g Hc				
13	*Sopa de ave Cinta de lomo fresca al ajillo Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 696 Kcal 26,2g Prot 24,1g Lip 80,5g Hc	Macarrones al ajillo *Tacos de rape en salsa Verduras variadas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4) 713 Kcal 20,1g Prot 14,3g Lip 114g Hc	Crema de calabaza ECO Ragout de pavo en salsa de verduras (zanahoria y pimiento) Patatas dado Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 724 Kcal 26,8g Prot 229,6g Lip 90,3g Hc	Patatas estofadas con verduras Merluza al papillot Ensalada de lechuga y pepino Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 4, 7) 690 Kcal 24,5g Prot 20g Lip 88g Hc	Arroz con verduras Huevo frito Pisto manchego Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3) 715 Kcal 17,9g Prot 29g Lip 89,6g Hc				
20	*Macarrones con salsa de calabaza ECO *Merluza a la andaluza Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4, 14) 723 Kcal 20,3g Prot 24,6g Lip 96g Hc	Crema de calabacín Tortilla de calabacín y patata Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 3) 653 Kcal 17,9g Prot 25,9g Lip 106,5g Hc	Paella Valenciana Merluza al ajillo Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (2, 4, 12, 14) 809 Kcal 25,9g Prot 15,5g Lip 113,3g Hc	Verduras variadas rehogadas Filete de pollo al chilindrón (pimientos) Zanahoria baby Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 7) 552 Kcal 29,6g Prot 16,2g Lip 60,9g Hc	Pisto de verduras Arroz integral con champiñones Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 592 Kcal 9,3g Prot 18,1g Lip 87,8g Hc				
27	Crema de verduras (calabacín, acelga y zanahoria) Revuelto de huevo con champiñón Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 3) 504 Kcal 14,1g Prot 21,3g Lip 54,9g Hc	Guiso de patatas con verduras Albóndigas de ternera caseras en salsa Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 559 Kcal 23,6g Prot 22g Lip 59,3g Hc	*Sopa de ave Pollo cocido Patata y zanahoria cocida Fruta de temporada Pan sin alérgenos 704 Kcal 36,9g Prot 16,1g Lip 87,4g Hc	Arroz con verduras *Merluza en salsa marinera Ensalada de lechuga y maíz Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4, 14, 7) 664 Kcal 26,9g Prot 17,6g Lip 91,1g Hc					



Se ofrece diariamente agua y pan blanco, alternando con pan integral semanalmente.

Las frutas, hortalizas y verduras son de temporada y de proveedores de proximidad.

Menú elaborado por el Dpto. de Nutrición y Dietética de Algadi formado por profesionales cualificados., Dietistas y Nutricionistas: M.L.Col.(T.S. Nº2816) / H.C.Col.: (CYL00366) / R.N.(T.S.) Según el Reglamento 1169/2011 de información facilitada al consumidor, se informa sobre alérgenos presentes en alimentos no envasados y 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

A: ALÉRGICOS  
ECO: ECOLÓGICO



## SUGERENCIAS DESAYUNO SALUDABLE

### LÁCTEO



Leche  
Yogur  
Queso  
Cuajada  
Requesón

### CEREAL



Pan blanco  
Pan Integral  
Cereales  
Galletas

### FRUTA



Fruta Entera  
Zumo de frutas natural  
Tomate fresco

### OTROS



Aceite de Oliva  
(2 veces/semana)  
Mermelada casera  
y/o Miel  
(2 veces/semana)  
Bollería casera  
(1 vez/semana)

## SUGERENCIAS DE CENA

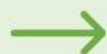
### SI COMES

### PUEDES CENAR

1º



Cereales  
(arroz/pasta)



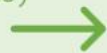
Verduras cocinadas  
Hortalizas crudas



2º



Carne (pollo, ternera, cerdo)



Pescado o huevo



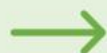
Huevo

Pescado o carne

### POSTRES



Fruta



Lácteo o Fruta



Leche

Fruta

**NUEVO Real Decreto de comedores:  
¡lo esencial en 15"!**

**MENÚ SEMANAL:** Aumento de pescados,  
Legumbres y frutas.

**DIA DE LA PROTEÍNA VEGETAL:**  
1 vez/mes en los menús.

**PRODUCTOS ECOLÓGICOS:** aumento al  
5%.

**PRODUCTOS INTEGRALES:** mayor  
frecuencia de arroz y pasta integral y pan  
integral

**DISMINUCIÓN:** de fritos y precocinados

**AGUA:** Única bebida.

**MENÚS ESPECIALES:**  
alergias/intolerancias y familias  
informadas. Bocado Seguro

**ENTRADA EN VIGOR:** 16/04/2026

### MÁS VERDE

¡¡Llena tu plato de color con + frutas  
y verduras cada día!!

Se siguen las recomendaciones de la FEN, OMS, Estrategia NAOS y Plan 2020.

Los menús están sujetos a cambios debido a las variaciones de las materias primas en mercado.

Menú supervisado por la Dirección del Centro.



**¡Hola, soy PIPO!**

Soy tú proteína vegetal  
Prepárate para verme  
en acción en tus menús  
¡¡Te aportaré todos  
tus nutrientes  
necesarios!!



SIN  
GLUTEN

COLABORADOR

Asociación de Celíacos y  
Sensibles al Gluten  
www.asociacionceliacos.org

