

| LUNES | | MARTES | | MIÉRCOLES | | JUEVES | | VIERNES | |
|-------------------------------------|--|-----------------------------------|--|-----------------------------------|---|--------------------------------------|--|---------------------------------------|--|
| 1 | | 2 | Arroz con verduras Merluza al horno con zanahoria Fruta Pan ((14), (4), (1)) | 3 | Lentejas estofadas con verduras Pollo al horno con zanahoria Yogur Pan ((7), (1)) | 4 | Sopa vegetal con arroz Hamburguesa de ternera con patatas Fruta Pan ((6), (1)) | 5 | Macarrones sin gluten sin huevo con tomate y orégano Jamoncitos de pollo guisados con verduras Fruta Pan ((14), (1)) |
| 664 Kcal 8g Prot 38,1g Lip 70,6g Hc | | 581 Kcal 27g Prot 12g Lip 89g Hc | | 740 Kcal 51g Prot 26g Lip 68g Hc | | 661 Kcal 31g Prot 23g Lip 82g Hc | | 335 Kcal 27,3g Prot 4,1g Lip 46,4g Hc | |
| 8 | Crema de verduras Magro a la riojana con tomate Fruta Pan ((14), (1)) | 9 | Empedrado de legumbres Pollo al horno con patatas Fruta Pan ((14), (1)) | 10 | Plumas con tomate sin gluten Palometa en salsa con verduras Yogur Pan ((4), (7), (1)) | 11 | Patatas estofadas con verduras Lomo de sajonia con verduras Fruta Pan ((14), (1)) | 12 | Sopa vegetal con arroz Cocido completo (con pollo) Fruta Pan ((14), (1)) |
| 664 Kcal 8g Prot 38,1g Lip 70,6g Hc | | 1101 Kcal 62g Prot 51g Lip 85g Hc | | 1575 Kcal 67,7g Prot 26,5g Lip | | 621 Kcal 21g Prot 17,1g Lip 85,4g Hc | | 704 Kcal 26g Prot 17g Lip 105g Hc | |
| 15 | Judías verdes con tomate Salchichas con salteado de pimiento y cebolla Fruta Pan ((14), (6, 7, 14), (1)) | 16 | Macarrones sin gluten sin huevo con tomate y orégano Merluza al horno con calabacín Fruta Pan ((4), (1)) | 17 | Judías pintas con arroz Pollo al horno con zanahoria Yogur Pan ((14), (7), (1)) | 18 | Sopa vegetal con arroz Albóndigas a la jardinera con patata Fruta Pan ((6, 14), (1)) | 19 | Arroz tres delicias sin huevo Jamoncitos de pollo guisados con verduras Fruta Pan ((6), (14), (1)) |
| 696 Kcal 23g Prot 36g Lip 66g Hc | | 304 Kcal 22g Prot 6g Lip 38g Hc | | 1019 Kcal 66g Prot 37g Lip 94g Hc | | 723 Kcal 26g Prot 28g Lip 92g Hc | | 688 Kcal 35,3g Prot 16,1g Lip 98,4g | |
| 22 | Lentejas estofadas con verduras Salmon al horno con patatas Fruta Pan ((4), (1)) | 23 | DÍA DEL LIBRO Sopa vegetal con arroz Lomo de sajonia con zanahoria Fruta Pan ((1)) | 24 | Plumas con tomate sin gluten Rape en salsa marinera con patatas Yogur Pan ((4), (7), (1)) | 25 | Sopa vegetal con arroz Cocido completo (con pollo) Fruta Pan ((14), (1)) | 26 | Coliflor rehogada Filetes rusos con pisto Fruta Pan ((14), (6, 14), (1)) |
| 744 Kcal 41g Prot 30g Lip 70g Hc | | 608 Kcal 25g Prot 16g Lip 90g Hc | | 1648 Kcal 73,7g Prot 32,5g Lip | | 704 Kcal 26g Prot 17g Lip 105g Hc | | 682 Kcal 44g Prot 31g Lip 53g Hc | |
| 29 | Arroz con salsa de tomate Carbonero al horno con verduras Fruta Pan ((4), (1)) | 30 | Crema de calabacín Magro de cerdo con champiñones Fruta Pan ((14), (1)) | | | | | | |
| 655 Kcal 29g Prot 15g Lip 97g Hc | | 789 Kcal 35g Prot 42g Lip 65g Hc | | | | | | | |

Alérg

- 8. Cacahuete
- 9. Fruto cáscara
- 10. Apio
- 11. Mostaza
- 12. Sésamo
- 13. Altramuz
- 14. Sulfito

Menú diseñado y valorado por el Departamento de Nutrición de Catasa: Elena García Quero nº Col: COL. MAD01014 y Nerea Ballesteros Montero, Graduadas en Nutrición Humana y Dietética. Según el Reglamento 1169/2011 de información facilitada al consumidor, se informa sobre alérgenos presentes en menús. Para cualquier otra información, contacte con nuestras oficinas centrales. ALGADI, SAU, info@algadi.com 91 547 46 46 c/Oquendo, 23, 4ª planta 28006 Madrid.

La ensalada que se ofrece en el menú está compuesta de una base de lechuga con maíz, o zanahoria o aceituna.