

LUNES MARTES MIÉRCOLES JUEVES VIERNES

					1	Crema de puerros Tortilla francesa con zanahoria Fruta Pan ((14), (3, 14), (1))	571 Kcal 15g Prot 18,6g Lip 71,2g Hc							
4	Coditos con tomate y orégano Hamburguesa vegetal con pisto Fruta Pan ((1, 3, 6, 10), 14), (1))	5	Lentejas estofadas con verduras Crema de calabaza Fruta Pan ((14), (1))	6	Patatas guisadas con verduras Huevos cocidos con verduras Yogur Pan ((14), (3), (7), (1))	7	Sopa vegetal de fideos sin gluten Cocido sin carne Fruta Pan ((14), (1))	8	Brócoli rehogado Tortilla de patatas con champiñones Fruta Pan ((3, 14), (1))	752 Kcal 26g Prot 26g Lip 100g Hc	626 Kcal 20g Prot 21g Lip 80g Hc	691 Kcal 13g Prot 28,4g Lip 74,2g Hc	661 Kcal 21g Prot 28g Lip 78g Hc	535 Kcal 19g Prot 21g Lip 62g Hc
11	Crema de calabacín Alubias blancas salteadas con ajo y perejil Fruta Pan ((14), (1))	12	Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con verduras Fruta Pan ((3, 14), (1))	13	Sopa vegetal de fideos sin gluten Garbanzos estofados con verduras Yogur Pan ((14), (7), (1))	14	Alubias guisadas con verduras Crema de zanahoria Fruta Pan ((14), (1))	15	Macarrones con tomate Crema de puerros Fruta Pan ((1, 3, 6, 10), 14), (1))	649 Kcal 8g Prot 26,9g Lip 93,4g Hc	726 Kcal 22g Prot 25g Lip 101g Hc	760 Kcal 12g Prot 25,7g Lip 106,3g	640 Kcal 24g Prot 19g Lip 83g Hc	704 Kcal 12g Prot 13,6g Lip 116,2g
18	Arroz con salsa de tomate Huevos cocidos con verduras Fruta Pan ((3), (1))	19	Sopa vegetal de fideos sin gluten Cocido sin carne Fruta Pan ((14), (1))	20	Coditos con tomate y orégano Hamburguesa vegetal con pisto Yogur Pan ((1, 3, 6, 10), 14), (7), (1))	21	Crema de zanahoria Judías blancas estofadas Yogur Pan ((14), (6), (7), (1))	22		772 Kcal 9g Prot 25,4g Lip 107,2g Hc	661 Kcal 21g Prot 28g Lip 78g Hc	801 Kcal 30g Prot 28g Lip 104g Hc	790 Kcal 12g Prot 29,5g Lip 109,9g	
25		26		27		28		29						

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

- Alérgenos**
- 1. Gluten
  - 2. Lácteo
  - 3. Huevo
  - 4. Pescado
  - 5. Molusco
  - 6. Crustáceo
  - 7. Soja
  - 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.