algadi we care

COLEGIO FUNDACION CALDEIRO

SIN FRUTOS SECOS Y CACAHUETE OCTUBRE 2025

CONTROL BOCADO SEGURO ALÉRGENOS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		1 Garbanzos con espinacas ECO Merluza en salsa menier Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1,4,14) 634 Kcal 27,8g Prot 20,7g Lip 74,5g	2 Puré de verduras frescas Filete de pollo en su jugo con ajo y perejil Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 492 Kcal 25,7g Prot 13,9g Lip 58g Hc	3 Guiso de patatas con rape Cinta de lomo fresca a la plancha Ensalada de lechuga Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4,14,7) 804 Kcal 26,7g Prot 39,5g Lip 75,6g
6 Lentejas con arroz integral Abadejo a la romana Patatas dado Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,1,3,4) 701 Kcal 33,4g Prot 20,4g Lip 86,2g Hc	7 Fideuá de verduras Tortilla de patata Ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas verdes Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1,3,14) 746 Kcal 19,3g Prot 26,6g Lip 95,1g Hc	8 Sopa de cocido Cocido completo:ternera, pollo, cerdo Repollo, patata y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1,3,6,7,14) 718 Kcal 32,6g Prot 23,2g Lip 83,5g Hc	9 Arroz hortelano (j.verde, calabacín y zanahoria) Filete de pollo al limón Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1,14) 635 Kcal 27,8g Prot 14,2g Lip 91,6g Hc	10 Crema de zanahoria ECO Lomo de sajonia a la plancha Ensalada de lechuga, zanahoria, tomate y atún Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,6,4,7) 671 Kcal 19,7g Prot 23,2g Lip 80,3g Hc
13	14 Arroz con salsa de tomate Huevo frito Patatas fritas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3,14) 829 Kcal 19,1g Prot 34,8g Lip 103,8g Hc	15 Sopa de ave con fideos Albóndigas mixtas en salsa Zanahoria asada Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1,3) 675 Kcal 19g Prot 24,9g Lip 68,1g Hc	16 Crema de calabacín Jamoncitos de pollo en salsa Arroz integral Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,1) 828 Kcal 56,3g Prot 40,2g Lip 77g Hc	17 Lentejas de la abuela (chorizo) Atún con salsa de tomate Ensalada de lechuga y maíz Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (6,7,14,4) 710 Kcal 34,5g Prot 24,9g Lip 74,7g Hc
20 Judías verdes rehogadas con zanahoria Pastel de ternera con puré de patata Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 609 Kcal 18g Prot 20,6g Lip 75,8g Hc	21 Patatas a la riojana Cinta de lomo a la plancha Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (6,7,14) 640 Kcal 24,4g Prot 30,6g Lip 61,9g Hc	22 Espirales con salsa de tomate Tortilla francesa Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1,3,14) 628 Kcal 15,4g Prot 16,4g Lip 97,8g Hc	23 Arroz tres delicias (huevo,jamón y guisante) Filete de merluza empanado Patatas panadera Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3,6,1,4,14) 806 Kcal 18,3g Prot 23g Lip 120,3g Hc	24 Sopa de cocido Cocido completo:ternera, pollo, cerdo Repollo, patata y zanahoria Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1,3,6,7,14) 751 Kcal 35,5g Prot 25,4g Lip 83,7g Hc
27 Arroz hortelano (j.verde, calabacín y zanahoria) Roti de pavo en salsa Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1,6,7,14) 729 Kcal 19,9g Prot 26,7g Lip 94,9g Hc	28 Espaguetis con tomate Limanda al horno Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1,4,14) 572 Kcal 11,8g Prot 15,8g Lip 87,4g Hc	29 Alubias blancas guisadas Tortilla de patata Pisto manchego Fruta de temporada Pan sin alérgenos (6,7,14,3) 809 Kcal 28,8g Prot 33,1g Lip 93g Hc	30 Crema de calabaza ECO y cúrcuma *Cinta de lomo empanada Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 531 Kcal 20,7g Prot 17,7g Lip 65,1g Hc	31 Sopa de puchero de garbanzos Bacalao en salsa Patatas asadas al horno Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1,6,7,14,4) 707 Kcal 34g Prot 23,3g Lip 81,3g Hc

1 GLUTEN, 2 CRUSTÁCEOS, 3 HUEVOS, 4 PESCADO, 5 CACAHUETES, 6 SOJA, 7 LÁCTEOS, 8 FRUTO SECOS, 9 APIO, 10 MOSTAZA, 11 SÉSAMO, 12 MOLUSCO, 13 ALTRAMUCES, 14 SULFITOS

T: TRAZAS
ECO: ECOLÓGICO

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

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

SUGERENCIAS DESAYUNO SALUDABLE

algadi | educa

LÁCTEO	CEREAL	FRUTA	OTROS
Leche Yogur Queso Cuajada Requesón	Pan blanco Pan Integral Cereales Galletas	Fruta Entera Zumo de frutas natural Tomate fresco	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) Huevo	→	Pescado o huevo Pescado o carne
POSTRES	Fruta Leche	→	Lácteo o Fruta Fruta

SAMYGREEN

Alimentación variada

Haz que las comidas sean coloridas y atractivas. Cuantas más frutas, verduras y **alimentos integrales** introduzcas en la dieta de tus hijos, más se acostumbrará a su sabor y textura.

Hola, soy CRISPI
Nací en una espiga de trigo integral, ¿Mi misión? ¡Ponerle sabor y mucha fibra a los menús escolares!

MÁS VERDE
Aprovecha los beneficios de los **cereales integrales**: fibra, vitaminas y minerales."

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 Celiacos y Sensibles al Gluten

algadi we care **COLEGIO FUNDACION CALDEIRO**

SIN GLUTEN OCTUBRE 2025

CONTROL BOCADO SEGURO ALÉRGENOS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		1 Garbanzos con espinacas ECO * Merluza al limón Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4,14) 574 Kcal 26,8g Prot 17,6g Lip 67,4g	2 Puré de verduras frescas Filete de pollo en su jugo con ajo y perejil Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 492 Kcal 25,7g Prot 13,9g Lip 58g Hc	3 Guiso de patatas con rape Cinta de lomo fresca a la plancha Ensalada de lechuga Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4,14,7) 804 Kcal 26,7g Prot 39,5g Lip 75,6g
6 Lentejas con arroz integral * Abadejo a la andaluza Patatas dado Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,4) 696 Kcal 33g Prot 19,4g Lip 87,8g Hc	7 Fideuá de verduras Tortilla de patata Ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas verdes Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3,14) 719 Kcal 15,7g Prot 22,9g Lip 101,4g Hc	8 Sopa de ave de cocido Cocido completo:ternera, pollo, cerdo Repollo, patata y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3,6,7,14) 688 Kcal 30,7g Prot 22,7g Lip 79,1g Hc	9 Arroz hortelano (j.verde, calabacín y zanahoria) Filete de pollo al limón Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 636 Kcal 27,8g Prot 14,2g Lip 92,2g Hc	10 Crema de zanahoria ECO Lomo de sajonia a la plancha Ensalada de lechuga, zanahoria, tomate y atún Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,6,4,7) 671 Kcal 19,7g Prot 23,2g Lip 80,3g Hc
13	14 Arroz con salsa de tomate Huevo frito Patatas fritas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3,14) 829 Kcal 19,1g Prot 34,8g Lip 103,8g Hc	15 * Sopa de ave Albóndigas de ternera caseras en salsa Zanahoria asada Fruta de temporada Pan sin alérgenos 615 Kcal 29,7g Prot 26,4g Lip 53,5g Hc	16 Crema de calabacín Jamoncitos de pollo en salsa Arroz integral Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 838 Kcal 56,2g Prot 40,2g Lip 79,8g Hc	17 Lentejas de la abuela (chorizo) Atún con salsa de tomate Ensalada de lechuga y maíz Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (6,7,14,4) 710 Kcal 34,5g Prot 24,9g Lip 74,7g Hc
20 Judías verdes rehogadas con zanahoria Pastel de ternera con puré de patata Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 609 Kcal 18g Prot 20,6g Lip 75,8g Hc	21 Patatas a la riojana Cinta de lomo a la plancha Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (6,7,14) 640 Kcal 24,4g Prot 30,6g Lip 61,9g Hc	22 Espirales con tomate Tortilla francesa Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3,14) 611 Kcal 11,8g Prot 13,7g Lip 103,9g Hc	23 Arroz tres delicias (huevo,jamón y guisante) *Merluza a la andaluza Patatas panadera Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3,6,4,14) 741 Kcal 23,5g Prot 18,8g Lip 108,8g Hc	24 Sopa de ave de cocido Cocido completo:ternera, pollo, cerdo Repollo, patata y zanahoria Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3,6,7,14) 721 Kcal 33,6g Prot 24,9g Lip 79,3g Hc
27 Arroz hortelano (j.verde, calabacín y zanahoria) Roti de pavo en salsa Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan sin alérgenos (6,7,14) 725 Kcal 19,8g Prot 26,7g Lip 94,2g Hc	28 Espaguetis con tomate Limanda al horno Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4,14) 538 Kcal 7,6g Prot 13g Lip 90,1g Hc	29 Alubias blancas guisadas Tortilla de patata Pisto manchego Fruta de temporada Pan sin alérgenos (6,7,14,3) 809 Kcal 28,8g Prot 33,1g Lip 93g Hc	30 Crema de calabaza ECO y cúrcuma *Cinta de lomo empanada Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 531 Kcal 20,7g Prot 17,7g Lip 65,1g Hc	31 Sopa de puchero de garbanzos Bacalao en salsa Patatas asadas al horno Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4,14,7) 748 Kcal 43,4g Prot 16,6g Lip 94,5g Hc

1 GLUTEN, 2 CRUSTÁCEOS, 3 HUEVOS, 4 PESCADO, 5 CACAHUETES, 6 SOJA, 7 LÁCTEOS, 8 FRUTO SECOS, 9 APIO, 10 MOSTAZA, 11 SÉSAMO, 12 MOLUSCO, 13 ALTRAMUCES, 14 SULFITOS

T: TRAZAS
ECO: ECOLÓGICO

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

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

SUGERENCIAS DESAYUNO SALUDABLE

algadi | educa

LÁCTEO	CEREAL	FRUTA	OTROS
Leche Yogur Queso Cuajada Requesón	Pan blanco Pan Integral Cereales Galletas	Fruta Entera Zumo de frutas natural Tomate fresco	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) Huevo	→	Pescado o huevo Pescado o carne
POSTRES	Fruta Leche	→	Lácteo o Fruta Fruta

SAMYGREEN

Alimentación variada

Haz que las comidas sean coloridas y atractivas. Cuantas más frutas, verduras y **alimentos integrales** introduzcas en la dieta de tus hijos, más se acostumbrará a su sabor y textura.

Hola, soy CRISPI
Nací en una espiga de trigo integral, ¿Mi misión? ¡Ponerle sabor y mucha fibra a los menús escolares!

MÁS VERDE
Aprovecha los beneficios de los **cereales integrales**: fibra, vitaminas y minerales."

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 Celiacos y Sensibles al Gluten

algadi we care

COLEGIO FUNDACION CALDEIRO

SIN HUEVO OCTUBRE 2025

BOCADO SEGURO ALÉRGENOS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		1 Garbanzos con espinacas ECO Merluza en salsa menier Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1,4,14) 634 Kcal 27,8g Prot 20,7g Lip 74,5g	2 Puré de verduras frescas Filete de pollo en su jugo con ajo y perejil Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 492 Kcal 25,7g Prot 13,9g Lip 58g Hc	3 Guiso de patatas con rape Cinta de lomo fresca a la plancha Ensalada de lechuga Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4,14,7) 804 Kcal 26,7g Prot 39,5g Lip 75,6g
6 Lentejas con arroz integral * Abadejo a la andaluza Patatas dado Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,4) 696 Kcal 33g Prot 19,4g Lip 87,8g Hc	7 Fideuá de verduras Cinta de lomo asada Ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas verdes Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 752 Kcal 20,5g Prot 31,9g Lip 88,9g Hc	8 Sopa de ave de cocido Cocido (Garbanzo, ternera y pollo) Repollo, patata y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 591 Kcal 27,6g Prot 13,3g Lip 79,3g Hc	9 Arroz hortelano (j.verde, calabacín y zanahoria) Filete de pollo al limón Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1,14) 635 Kcal 27,8g Prot 14,2g Lip 91,6g Hc	10 Crema de zanahoria ECO Lomo de sajonia a la plancha Ensalada de lechuga, zanahoria, tomate y atún Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,6,4,7) 671 Kcal 19,7g Prot 23,2g Lip 80,3g Hc
13	14 Arroz con salsa de tomate Pollo salteado Patatas fritas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 717 Kcal 25,5g Prot 19,1g Lip 104,2g Hc	15 * Sopa de ave Albóndigas mixtas en salsa Zanahoria asada Fruta de temporada Pan sin alérgenos 658 Kcal 18g Prot 24,7g Lip 63,9g Hc	16 Crema de calabacín Jamoncitos de pollo en salsa Arroz integral Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,1) 828 Kcal 56,3g Prot 40,2g Lip 77g Hc	17 Lentejas de la abuela (chorizo) Atún con salsa de tomate Ensalada de lechuga y maíz Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (6,7,14,4) 710 Kcal 34,5g Prot 24,9g Lip 74,7g Hc
20 Judías verdes rehogadas con zanahoria Pastel de ternera con puré de patata Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 609 Kcal 18g Prot 20,6g Lip 75,8g Hc	21 Patatas a la riojana Cinta de lomo a la plancha Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (6,7,14) 640 Kcal 24,4g Prot 30,6g Lip 61,9g Hc	22 Espirales con tomate Hamburguesa de ternera a la plancha Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 607 Kcal 24g Prot 14,1g Lip 90,4g Hc	23 Arroz dos delicias *Merluza a la andaluza Patatas panadera Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4,14) 707 Kcal 22,7g Prot 15,2g Lip 109g Hc	24 Sopa de ave de cocido Cocido (Garbanzo, ternera y pollo) Repollo, patata y zanahoria Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,7) 624 Kcal 30,4g Prot 15,5g Lip 79,5g Hc
27 Arroz hortelano (j.verde, calabacín y zanahoria) Roti de pavo en salsa Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1,6,7,14) 729 Kcal 19,9g Prot 26,7g Lip 94,9g Hc	28 Espaguetis con tomate Limanda al horno Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4,14) 538 Kcal 7,6g Prot 13g Lip 90,1g Hc	29 Alubias blancas guisadas Contramuslo de pollo al horno Pisto manchego Fruta de temporada Pan sin alérgenos (6,7,14) 654 Kcal 39,5g Prot 19,2g Lip 79,5g Hc	30 Crema de calabaza ECO y cúrcuma *Cinta de lomo empanada Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 531 Kcal 20,7g Prot 17,7g Lip 65,1g Hc	31 Sopa de puchero de garbanzos Bacalao en salsa Patatas asadas al horno Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1,4,14,7) 750 Kcal 38,3g Prot 19,4g Lip 93,5g Hc

1 GLUTEN, 2 CRUSTÁCEOS, 3 HUEVOS, 4 PESCADO, 5 CACAHUETES, 6 SOJA, 7 LÁCTEOS, 8 FRUTO SECOS, 9 APIO, 10 MOSTAZA, 11 SÉSAMO, 12 MOLUSCO, 13 ALTRAMUCES, 14 SULFITOS

T: TRAZAS
ECO: ECOLÓGICO

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

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

SUGERENCIAS DESAYUNO SALUDABLE

algadi | educa

LÁCTEO	CEREAL	FRUTA	OTROS
Leche Yogur Queso Cuajada Requesón	Pan blanco Pan Integral Cereales Galletas	Fruta Entera Zumo de frutas natural Tomate fresco	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) Huevo	→	Pescado o huevo Pescado o carne
POSTRES	Fruta Leche	→	Lácteo o Fruta Fruta

SAMYGREEN

Alimentación variada

Haz que las comidas sean coloridas y atractivas. Cuantas más frutas, verduras y **alimentos integrales** introduzcas en la dieta de tus hijos, más se acostumbrará a su sabor y textura.

Hola, soy CRISPI
Nací en una espiga de trigo integral, ¿Mi misión? ¡Ponerle sabor y mucha fibra a los menús escolares!

MÁS VERDE
Aprovecha los beneficios de los **cereales integrales**: fibra, vitaminas y minerales."

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 Celiacos y Sensibles al Gluten

COLEGIO FUNDACION CALDEIRO

SIN LECHE OCTUBRE 2025

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		1 Garbanzos con espinacas ECO Merluza en salsa menier Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan (1,4,14) 608 Kcal 29,8g Prot 21,1g Lip 69,7g	2 Puré de verduras frescas Filete de pollo en su jugo con ajo y perejil Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan (14,1) 466 Kcal 27,7g Prot 14,3g Lip 53,2g	3 Guiso de patatas con rape Cinta de lomo fresca a la plancha Ensalada de lechuga Vaso de bebida de soja Pan (4,14,6,1) 678 Kcal 30,8g Prot 40,9g Lip 44,2g
6 Lentejas con arroz integral Abadejo a la romana Patatas dado Fruta de temporada Pan (14,1,3,4) 675 Kcal 35,4g Prot 20,7g Lip 81,4g Hc	7 Fideuá de verduras Tortilla de patata Ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas verdes Fruta de temporada Pan (1,3,14) 719 Kcal 21,3g Prot 26,9g Lip 90,3g Hc	8 Sopa de cocido Cocido (Garbanzo, ternera y pollo) Repollo, patata y zanahoria Fruta de temporada Pan (1,3,14) 595 Kcal 31,4g Prot 14,2g Lip 78,9g Hc	9 Arroz hortelano (j.verde, calabacín y zanahoria) Filete de pollo al limón Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan (1,14) 609 Kcal 29,8g Prot 14,6g Lip 86,8g Hc	10 Crema de zanahoria ECO Lomo de sajonia a la plancha Ensalada de lechuga, zanahoria, tomate y atún Vaso de bebida de soja Pan (14,6,4,1) 545 Kcal 23,8g Prot 24,6g Lip 48,9g Hc
13	14 Arroz con salsa de tomate Huevo frito Patatas fritas Fruta de temporada Pan (3,14,1) 803 Kcal 21,1g Prot 35,2g Lip 99g Hc	15 Sopa de ave con fideos Albóndigas mixtas en salsa Zanahoria asada Fruta de temporada Pan (1,3) 649 Kcal 21g Prot 25,3g Lip 63,3g Hc	16 Crema de calabacín Jamoncitos de pollo en salsa Arroz integral Fruta de temporada Pan (14,1) 801 Kcal 58,3g Prot 40,5g Lip 72,2g Hc	17 Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Atún con salsa de tomate Ensalada de lechuga y maíz Vaso de bebida de soja Pan (14,4,6,1) 590 Kcal 34,9g Prot 22,4g Lip 54,7g Hc
20 Judías verdes rehogadas con zanahoria Pastel de ternera con puré de patata Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan (14,1) 516 Kcal 19,7g Prot 21g Lip 57,3g Hc	21 Patatas estofadas con verduras Cinta de lomo fresca a la plancha Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan (14,1) 668 Kcal 21,6g Prot 38,9g Lip 56,5g Hc	22 Espirales con salsa de tomate Tortilla francesa Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan (1,3,14) 601 Kcal 17,4g Prot 16,7g Lip 93g Hc	23 Arroz tres delicias (huevo,jamón y guisante) *Merluza a la andaluza Patatas panadera Fruta de temporada Pan (3,6,4,14,1) 715 Kcal 25,5g Prot 19,1g Lip 104g Hc	24 Sopa de cocido Cocido (Garbanzo, ternera y pollo) Repollo, patata y zanahoria Vaso de bebida de soja Pan (1,3,14,6) 595 Kcal 36,7g Prot 17,4g Lip 66,3g Hc
27 Arroz hortelano (j.verde, calabacín y zanahoria) *Filete de pavo en salsa Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan (14,1) 611 Kcal 23,7g Prot 15,6g Lip 89,9g Hc	28 Espaguetis con tomate Limanda al horno Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan (1,4,14) 546 Kcal 13,8g Prot 16,2g Lip 82,6g Hc	29 Alubias blancas con verduras Tortilla de patata Pisto manchego Fruta de temporada Pan (14,3,1) 699 Kcal 26,9g Prot 25,9g Lip 88,3g Hc	30 Crema de calabaza ECO y cúrcuma *Cinta de lomo empanada Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada Pan (14,1) 505 Kcal 22,7g Prot 18,1g Lip 60,3g Hc	31 Sopa de puchero de garbanzos Bacalao en salsa Patatas asadas al horno Vaso de bebida de soja Pan (1,4,14,6) 532 Kcal 32,6g Prot 18,2g Lip 57,2g Hc

1 GLUTEN, 2 CRUSTÁCEOS, 3 HUEVOS, 4 PESCADO, 5 CACAHUETES, 6 SOJA, 7 LÁCTEOS, 8 FRUTO SECOS, 9 APIO, 10 MOSTAZA, 11 SÉSAMO, 12 MOLUSCO, 13 ALTRAMUCES, 14 SULFITOS

T: TRAZAS
ECO: ECOLÓGICO

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

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

SUGERENCIAS DESAYUNO SALUDABLE

algadi | educa

LÁCTEO	CEREAL	FRUTA	OTROS
Leche Yogur Queso Cuajada Requesón	Pan blanco Pan Integral Cereales Galletas	Fruta Entera Zumo de frutas natural Tomate fresco	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) Huevo	→	Pescado o huevo Pescado o carne
POSTRES	Fruta Leche	→	Lácteo o Fruta Fruta

SAMYGREEN

Alimentación variada

Haz que las comidas sean coloridas y atractivas. Cuantas más frutas, verduras y **alimentos integrales** introduzcas en la dieta de tus hijos, más se acostumbrará a su sabor y textura.

Hola, soy CRISPI
Nací en una espiga de trigo integral, ¿Mi misión? ¡Ponerle sabor y mucha fibra a los menús escolares!

MÁS VERDE
Aprovecha los beneficios de los **cereales integrales**: fibra, vitaminas y minerales."

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 Celiacos y Sensibles al Gluten

algadi we care **COLEGIO FUNDACION CALDEIRO**

SIN LEGUMBRE OCTUBRE 2025

CONTROL BOCADO SEGURO ALÉRGENOS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		1 Espinacas rehogadas Merluza en salsa menier Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,1,4) 482 Kcal 21,6g Prot 15,1g Lip 58,9g	2 Puré de verduras frescas Filete de pollo en su jugo con ajo y perejil Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 492 Kcal 25,7g Prot 13,9g Lip 58g Hc	3 Guiso de patatas con rape Cinta de lomo fresca a la plancha Ensalada de lechuga Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4,14,7) 804 Kcal 26,7g Prot 39,5g Lip 75,6g
6 Patatas estofadas con verduras Abadejo a la romana Arroz integral Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,1,3,4) 691 Kcal 25,5g Prot 23,1g Lip 87,7g Hc	7 Fideuá de verduras Tortilla de patata Ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas verdes Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3,14) 719 Kcal 15,7g Prot 22,9g Lip 101,4g Hc	8 * Sopa de ave Pollo cocido Repollo, patata y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 530 Kcal 35,3g Prot 16g Lip 51,3g Hc	9 Arroz con verduras Filete de pollo al limón Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1,14) 608 Kcal 27,7g Prot 11,2g Lip 91,6g Hc	10 Crema de zanahoria ECO Lacón a la plancha Ensalada de lechuga, zanahoria, tomate y atún Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,4,7) 771 Kcal 31g Prot 30,8g Lip 82,5g Hc
13	14 Arroz con salsa de tomate Huevo frito Patatas fritas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3,14) 829 Kcal 19,1g Prot 34,8g Lip 103,8g Hc	15 * Sopa de ave Albóndigas de ternera caseras en salsa Zanahoria asada Fruta de temporada Pan sin alérgenos 615 Kcal 29,7g Prot 26,4g Lip 53,5g Hc	16 Crema de calabacín Jamoncitos de pollo en salsa Arroz integral Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,1) 828 Kcal 56,3g Prot 40,2g Lip 77g Hc	17 Patatas estofadas con verduras Merluza en salsa de tomate Ensalada de lechuga y maíz Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,4,7) 531 Kcal 23,8g Prot 16,2g Lip 64g Hc
20 Verduras variadas rehogadas Pastel de ternera con puré de patata Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 583 Kcal 17,6g Prot 17,4g Lip 74,8g Hc	21 Patatas estofadas con verduras Cinta de lomo fresca a la plancha Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 694 Kcal 19,7g Prot 38,5g Lip 61,3g Hc	22 Espirales con tomate Tortilla francesa Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3,14) 611 Kcal 11,8g Prot 13,7g Lip 103,9g Hc	23 Arroz dos delicias Filete de merluza empanado Patatas panadera Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1,4,14) 772 Kcal 17,4g Prot 19,4g Lip 120,5g Hc	24 * Sopa de ave Pollo cocido Repollo, patata y zanahoria Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,7) 563 Kcal 38,2g Prot 18,2g Lip 51,5g Hc
27 Arroz con verduras *Filete de pavo en salsa Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 610 Kcal 21,7g Prot 12,3g Lip 94,7g Hc	28 Espaguetis con tomate Limanda al horno Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4,14) 538 Kcal 7,6g Prot 13g Lip 90,1g Hc	29 Verduras variadas rehogadas Tortilla de patata Pisto manchego Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,3) 597 Kcal 15,5g Prot 22,2g Lip 68,5g Hc	30 Crema de calabaza ECO y cúrcuma *Cinta de lomo empanada Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 531 Kcal 20,7g Prot 17,7g Lip 65,1g Hc	31 Sopa de picadillo de pollo Bacalao en salsa Patatas asadas al horno Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1,4,14,7) 525 Kcal 28,6g Prot 15,7g Lip 60,9g Hc

VMÁS VERDE

1 GLUTEN, 2 CRUSTÁCEOS, 3 HUEVOS, 4 PESCADO, 5 CACAHUETES, 6 SOJA, 7 LÁCTEOS, 8 FRUTO SECOS, 9 APIO, 10 MOSTAZA, 11 SÉSAMO, 12 MOLUSCO, 13 ALTRAMUCES, 14 SULFITOS

T: TRAZAS
ECO: ECOLÓGICO

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

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

SUGERENCIAS DESAYUNO SALUDABLE

algadi | educa

LÁCTEO	CEREAL	FRUTA	OTROS
Leche Yogur Queso Cuajada Requesón	Pan blanco Pan Integral Cereales Galletas	Fruta Entera Zumo de frutas natural Tomate fresco	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) Huevo	→	Pescado o huevo Pescado o carne
POSTRES	Fruta Leche	→	Lácteo o Fruta Fruta

SAMYGREEN

Alimentación variada

Haz que las comidas sean coloridas y atractivas. Cuantas más frutas, verduras y **alimentos integrales** introduzcas en la dieta de tus hijos, más se acostumbrará a su sabor y textura.

Hola, soy CRISPI
Nací en una espiga de trigo integral, ¿Mi misión? ¡Ponerle sabor y mucha fibra a los menús escolares!

MÁS VERDE
Aprovecha los beneficios de los **cereales integrales**: fibra, vitaminas y minerales."

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 Celiacos y Sensibles al Gluten

algadi we care

COLEGIO FUNDACION CALDEIRO

SIN PESCADO Y MARISCO OCTUBRE 2025

CONTROL BOCADO SEGURO ALÉRGENOS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		1 Garbanzos con espinacas ECO Filete de pavo plancha Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan (14,1) 561 Kcal 29,1g Prot 18,2g Lip 64,1g	2 Puré de verduras frescas Filete de pollo en su jugo con ajo y perejil Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan (14,1) 466 Kcal 27,7g Prot 14,3g Lip 53,2g	3 Patatas estofadas con verduras Cinta de lomo fresca a la plancha Ensalada de lechuga Yogur sabor / Fruta de temporada Pan / Pan integral (14,7,1,6,10,11) 690 Kcal 24,8g Prot 39,5g Lip 56,4g
6 Lentejas con arroz integral Hamburguesa de ternera a la plancha Patatas dado Fruta de temporada Pan (14,1) 624 Kcal 35,2g Prot 18,3g Lip 74,1g Hc	7 Fideuá de verduras Tortilla de patata Ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas verdes Fruta de temporada Pan / Pan integral (1,3,14,6,10,11) 722 Kcal 21,5g Prot 27g Lip 90,4g Hc	8 Sopa de cocido Cocido completo:ternera, pollo, cerdo Repollo, patata y zanahoria Fruta de temporada Pan (1,3,6,7,14) 692 Kcal 34,6g Prot 23,6g Lip 78,7g Hc	9 Arroz hortelano (j.verde, calabacín y zanahoria) Filete de pollo al limón Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan (1,14) 609 Kcal 29,8g Prot 14,6g Lip 86,8g Hc	10 Crema de zanahoria ECO Lomo de sajonia a la plancha Ensalada de lechuga y tomate Yogur sabor / Fruta de temporada Pan / Pan integral (14,6,7,1,10,11) 561 Kcal 19,2g Prot 22,5g Lip 61,6g Hc
13	14 Arroz con salsa de tomate Huevo frito Patatas fritas Fruta de temporada Pan / Pan integral (3,14,1,6,10,11) 806 Kcal 21,4g Prot 35,3g Lip 99g Hc	15 Sopa de ave con fideos Albóndigas mixtas en salsa Zanahoria asada Fruta de temporada Pan (1,3) 649 Kcal 21g Prot 25,3g Lip 63,3g Hc	16 Crema de calabacín Jamoncitos de pollo en salsa Arroz integral Fruta de temporada Pan (14,1) 801 Kcal 58,3g Prot 40,5g Lip 72,2g Hc	17 Lentejas de la abuela (chorizo) Tortilla francesa Ensalada de lechuga y maíz Yogur sabor / Fruta de temporada Pan / Pan integral (6,7,14,3,1,10,11) 716 Kcal 30,9g Prot 27,4g Lip 78,4g Hc
20 Judías verdes rehogadas con zanahoria Pastel de ternera con puré de patata Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan (14,1) 516 Kcal 19,7g Prot 21g Lip 57,3g Hc	21 Patatas estofadas con verduras Cinta de lomo a la plancha Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan / Pan integral (14,1,6,10,11) 560 Kcal 23,4g Prot 26g Lip 57g Hc	22 Espirales con salsa de tomate Tortilla francesa Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan (1,3,14) 601 Kcal 17,4g Prot 16,7g Lip 93g Hc	23 Arroz tres delicias (huevo,jamón y guisante) Filete de pavo con salsa de pimientos Patatas panadera Fruta de temporada Pan (3,6,14,1) 714 Kcal 27g Prot 16,7g Lip 106,5g Hc	24 Sopa de cocido Cocido completo:ternera, pollo, cerdo Repollo, patata y zanahoria Yogur sabor / Fruta de temporada Pan / Pan integral (1,3,6,7,14,10,11) 728 Kcal 37,7g Prot 25,9g Lip 79g Hc
27 Arroz hortelano (j.verde, calabacín y zanahoria) Roti de pavo en salsa Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan (1,6,7,14) 703 Kcal 21,9g Prot 27,1g Lip 90,1g Hc	28 Espaguetis con tomate Filete de cerdo a la plancha Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan / Pan integral (1,14,6,10,11) 645 Kcal 27,9g Prot 21,1g Lip 81,8g Hc	29 Alubias blancas guisadas Tortilla de patata Pisto manchego Fruta de temporada Pan (6,7,14,3,1) 783 Kcal 30,7g Prot 33,5g Lip 88,2g Hc	30 Crema de calabaza ECO y cúrcuma *Cinta de lomo empanada Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada Pan (14,1) 505 Kcal 22,7g Prot 18,1g Lip 60,3g Hc	31 Sopa de puchero de garbanzos Hamburguesa de ternera en salsa Patatas asadas al horno Yogur sabor / Fruta de temporada Pan / Pan integral (1,6,7,14,10,11) 714 Kcal 37,5g Prot 27,6g Lip 74g Hc

1 GLUTEN, 2 CRUSTÁCEOS, 3 HUEVOS, 4 PESCADO, 5 CACAHUETES, 6 SOJA, 7 LÁCTEOS, 8 FRUTO SECOS, 9 APIO, 10 MOSTAZA, 11 SÉSAMO, 12 MOLUSCO, 13 ALTRAMUCES, 14 SULFITOS

T: TRAZAS
ECO: ECOLÓGICO

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

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

SUGERENCIAS DESAYUNO SALUDABLE

algadi | educa

LÁCTEO	CEREAL	FRUTA	OTROS
Leche Yogur Queso Cuajada Requesón	Pan blanco Pan Integral Cereales Galletas	Fruta Entera Zumo de frutas natural Tomate fresco	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) Huevo	→	Pescado o huevo Pescado o carne
POSTRES	Fruta Leche	→	Lácteo o Fruta Fruta

SAMYGREEN

Alimentación variada

Haz que las comidas sean coloridas y atractivas. Cuantas más frutas, verduras y **alimentos integrales** introduzcas en la dieta de tus hijos, más se acostumbrará a su sabor y textura.

Hola, soy CRISPI
Nací en una espiga de trigo integral, ¿Mi misión? ¡Ponerle sabor y mucha fibra a los menús escolares!

MÁS VERDE
Aprovecha los beneficios de los **cereales integrales**: fibra, vitaminas y minerales."

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 Celiacos y Sensibles al Gluten