algadi we care

E.I FUNDACION CALDEIRO

MENU PURÉS NOVIEMBRE 2026

BOCADO SEGURO CONTROL ALÉRGENOS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 DÍA FESTIVO	3 Puré de calabacín, zanahoria, calabaza con pollo Yogur natural (14,7) 342 Kcal 22,3g Prot 10,6g Lip 35,3g Hc	4 Puré de patata, zanahoria, calabaza y ternera Yogur natural (14,7) 353 Kcal 21,5g Prot 11,9g Lip 36,4g Hc	5 Puré de calabaza, judías verdes, patata con pescado Yogur natural (4,14,7) 329 Kcal 18,6g Prot 11,1g Lip 35,4g Hc	6 Puré de calabacín, zanahoria, calabaza con pollo Yogur natural (14,7) 342 Kcal 22,3g Prot 10,6g Lip 35,3g Hc
9 DÍA FESTIVO	10 Puré de patata, zanahoria, calabaza y ternera Yogur natural (14,7) 353 Kcal 21,5g Prot 11,9g Lip 36,4g Hc	11 Puré de calabacín, zanahoria, calabaza con pollo Yogur natural (14,7) 342 Kcal 22,3g Prot 10,6g Lip 35,3g Hc	12 Puré de calabaza, judías verdes, patata con pescado Yogur natural (4,14,7) 329 Kcal 18,6g Prot 11,1g Lip 35,4g Hc	13 Puré de calabacín, zanahoria, calabaza con pollo Yogur natural (14,7) 342 Kcal 22,3g Prot 10,6g Lip 35,3g Hc
16 Puré de patata, zanahoria, calabaza y ternera Yogur natural (14,7) 353 Kcal 21,5g Prot 11,9g Lip 36,4g Hc	17 Puré de calabacín, zanahoria, calabaza con pollo Yogur natural (14,7) 342 Kcal 22,3g Prot 10,6g Lip 35,3g Hc	18 Puré de calabaza, zanahoria, judía verde con pavo Yogur natural (14,7) 346 Kcal 19,3g Prot 11,4g Lip 37,9g Hc	19 Puré de calabaza, judías verdes, patata con pescado Yogur natural (4,14,7) 329 Kcal 18,6g Prot 11,1g Lip 35,4g Hc	20 Puré de calabacín, zanahoria, calabaza con pollo (14) 252 Kcal 17,3g Prot 6,1g Lip 29g Hc
23 Puré de calabaza, judías verdes, patata con pescado Yogur natural (4,14,7) 329 Kcal 18,6g Prot 11,1g Lip 35,4g Hc	24 Puré de calabacín, zanahoria, calabaza con pollo Yogur natural (14,7) 342 Kcal 22,3g Prot 10,6g Lip 35,3g Hc	25 Puré de calabaza, judías verdes, patata con pescado Yogur natural (4,14,7) 329 Kcal 18,6g Prot 11,1g Lip 35,4g Hc	26 Puré de calabacín, zanahoria, calabaza con pollo Yogur natural (14,7) 342 Kcal 22,3g Prot 10,6g Lip 35,3g Hc	27 Puré de patata, zanahoria, calabaza y ternera Yogur natural (14,7) 353 Kcal 21,5g Prot 11,9g Lip 36,4g Hc
30 Puré de calabaza, judías verdes, patata con pescado Yogur natural (4,14,7) 329 Kcal 18,6g Prot 11,1g Lip 35,4g 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

A: ALÉRGENOS
ECO: ECOLÓGICO

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. Fruta de temporada: manzana, pera, plátano, naranja y mandarina.

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)/ R.A Col (MAD01638)

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

algadi educa

Alimentos frescos y equilibrados, alimentan nuestro cuerpo y mente para un futuro saludable.

we care

DESAYUNO SALUDABLE

Elige una opción de cada grupo:



LÁCTEO

Leche

Yogur

Queso

Cuajada

Requesón

***Bebidas vegetales**

***Bebidas sin lactosa**



CEREAL

Pan blanco

Pan integral

Cereales

Galletas

***Pan sin gluten**

***Cereales y galletas sin gluten**



FRUTA

Fruta entera

Zumo de frutas natural

Tomate fresco



OTROS

Aceite de oliva (2 veces/semana)

Mermelada casera o miel (2 veces/semana)

***Bollería casera sin alérgenos (1 vez/semana)**

***Recuerda adaptar siempre a tu alergia o intolerancia.**

CENA EQUILIBRADA

Elige la opción sin tu alérgeno:

SI HAS COMIDO...	PUEDES CENAR...
Cereales, legumbres ***opción sin alérgenos**	Verduras cocinadas Hortalizas crudas
Carne	Pescado o huevo
Huevo	Pescado o carne
Fruta / Lácteo **Lácteo sin lactosa Bebida vegetal**	Fruta / Lácteo **Lácteo sin lactosa Bebida vegetal**

¡Soy CRISP!
Crujiente, alegre y siempre lista para la aventura.
¿Sabías que los **cereales integrales** ayudan a llenar tu plato de **fibra y energía**?

SIN GLUTEN
COLABORADOR
Asociación de Celiacos y Sensibles al Gluten

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.