

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
2	Guisantes con jamón Salchichas de pavo al grill Puré de patatas Fruta de temporada Pan (6, 7, 1) 777 Kcal 30,8g Prot 24g Lip 104,6g Hc	3	Coditos al ajillo Hamburguesa de ternera casera a la plancha Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur sabor Pan (1, 14, 7) 624 Kcal 32,7g Prot 20,7g Lip 74,1g Hc	4	Arroz con salsa de tomate Huevo frito Patatas dado Fruta de temporada Pan (3, 14, 1) 820 Kcal 21g Prot 38,2g Lip 96,6g Hc	5	Patatas con verdura (zanahoria y pimiento) Trasero de pollo asado al limón Salteado campestre de verduras Yogur sabor Pan (14, 7, 1) 955 Kcal 84,3g Prot 36,2g Lip 59,7g Hc	6	Espirales de colores con tomate, queso y orégano Merluza a la romana casera Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan (1, 7, 3, 4, 14) 761 Kcal 38,3g Prot 29,5g Lip 83,2g Hc
9	Lentejas estofadas Rabas de calamar Tomate aliñado Fruta de temporada Pan (14, 1, 12) 666 Kcal 27g Prot 28,1g Lip 68,9g Hc	10	Sopa maravilla Tortilla francesa gratinada con queso y orégano Menestra de verduras rehogadas (guisante y judía verde) Yogur sabor Pan (1, 3, 7, 14) 613 Kcal 28,3g Prot 24,2g Lip 64,9g Hc	11	Crema de puerro Pollo al curry Arroz basmati con pasas Fruta de temporada Pan (14, 1, 3, 7) 585 Kcal 27g Prot 19,9g Lip 72,3g Hc	12	Arroz con pescado Estofado de ternera Champiñón salteado Panaché de verduras Yogur sabor (2, 4, 12, 1, 14, 7) 1085 Kcal 62,3g Prot 30,3g Lip 127,6g Hc	13	Espirales con queso y orégano Merluza a la andaluza casera Zanahoria vichy Fruta de temporada Pan (1, 7, 4) 643 Kcal 30,2g Prot 17,7g Lip 88,5g Hc
16	Paella de verduras Huevos gratinados con bechamel y queso Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan (1, 3, 6, 7, 14) 704 Kcal 23,1g Prot 26,1g Lip 92,5g Hc	17	Guisantes salteados Jamoncitos de pollo asados Cuscús Yogur sabor Pan (1, 7) 761 Kcal 67,2g Prot 37g Lip 62,4g Hc	18	Espaguetis con tomate Albóndigas de ternera en salsa Jardinera de verduras Fruta de temporada Pan (1, 3) 740 Kcal 32,4g Prot 27g Lip 88,5g Hc	19	Lentejas de la abuela (chorizo) Croquetas de jamón Ensalada de lechuga Yogur sabor Pan (6, 7, 14, 1, 3) 898 Kcal 31,1g Prot 42,1g Lip 94,6g Hc	20	Risotto de champiñón Merluza al limón Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan (1, 7, 4, 14) 1012 Kcal 26,2g Prot 61,4g Lip 87,6g Hc
23	Tallarines al pesto York villaroy Ensalada de lechuga, tomate, maíz y atún Fruta de temporada Pan (1, 7, 2, 3, 4, 12, 14) 700 Kcal 24,5g Prot 23,5g Lip 95,4g Hc	24	Crema de calabacín Fajita de pollo y verduras Arroz blanco salteado con maíz (E1) Yogur sabor Pan (14, 1, 7) 477 Kcal 25,7g Prot 13,3g Lip 60,2g Hc	25	Garbanzos estofados con tomate Huevo frito Patatas fritas Fruta de temporada Pan (3, 14, 1) 786 Kcal 27g Prot 40,3g Lip 74,7g Hc	26	Arroz tres delicias (huevo, jamón y guisante) Hamburguesa de ternera casera a la plancha Ensalada variada Yogur sabor Pan (3, 6, 14, 7, 1) 659 Kcal 31,7g Prot 19,8g Lip 85g Hc	27	
30		31							



A: ALÉRGICOS

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**.

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



EST. 1967

RUNNYMEDE COLLEGE
 Delight, Ornament, Ability



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

2

Guisantes salteados
Salchichas de pavo al grill
Puré de patatas
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(6, 7)

807 Kcal 29,1g Prot 23,7g Lip 110g Hc

3

Macarrones al ajillo
Hamburguesa de ternera casera a la plancha
Ensalada de lechuga y zanahoria
Yogur sabor
Pan sin alérgenos
(14, 7)

651 Kcal 27,1g Prot 19,7g Lip 85g Hc

4

Arroz con salsa de tomate
Huevo frito
Patatas dado
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(3, 14)

846 Kcal 19g Prot 37,8g Lip 101,4g Hc

5

Patatas con verdura (zanahoria y pimiento)
Trasero de pollo asado al limón
Salteado campestre de verduras
Yogur sabor
Pan sin alérgenos
(14, 7)

981 Kcal 82,3g Prot 35,8g Lip 64,5g Hc

6

*Espirales con salsa de tomate
*Merluza a la andaluza
Ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(4, 14)

865 Kcal 24,2g Prot 20,1g Lip 141g Hc

9

Lentejas estofadas
Calamares a la andaluza
Tomate aliñado
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(14, 12)

639 Kcal 29g Prot 19,5g Lip 75,4g Hc

10

Sopa de verdura y pasta
Tortilla francesa
Menestra de verduras rehogadas (guisante y judía verde)
Yogur sabor
Pan sin alérgenos
(14, 3, 7)

659 Kcal 17,1g Prot 22,6g Lip 87,8g Hc

11

Crema de puerro
Pollo en salsa
Arroz pilaf
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(14)

686 Kcal 27,4g Prot 13,7g Lip 100,5g Hc

12

Arroz con pescado
Ragut de ternera
Panaché de verduras
Yogur sabor
Pan sin alérgenos
(2, 4, 12, 14, 7)

915 Kcal 45,5g Prot 18,4g Lip 120,7g Hc

13

Espirales salteadas con aceite de oliva y orégano
Merluza en salsa
Zanahoria vichy
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(4)

702 Kcal 22,8g Prot 14,1g Lip 113g Hc

16

Paella de verduras
Huevos cocidos con salsa de pimientos
Ensalada de lechuga y maíz
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(3, 14)

627 Kcal 15,9g Prot 16,4g Lip 94,5g Hc

17

Guisantes salteados
Jamoncitos de pollo asados
Cuscús
Yogur sabor
Pan sin alérgenos
(1, 7)

788 Kcal 65,3g Prot 36,6g Lip 67,2g Hc

18

*Macarrones con tomate
Albóndigas de ternera en salsa
Jardinera de verduras
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos

614 Kcal 24,1g Prot 22g Lip 72,9g Hc

19

Lentejas estofadas
Lacón a la plancha
Ensalada de lechuga
Yogur sabor
Pan sin alérgenos
(14, 7)

803 Kcal 35,7g Prot 22,3g Lip 98,5g Hc

20

Arroz con champiñones
*Merluza al limón
Ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(4, 14)

584 Kcal 21,8g Prot 12,1g Lip 89,3g Hc

23

Espaguetis salteados
Cinta de lomo fresca a la plancha
Ensalada de lechuga, tomate, maíz y atún
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(4, 14)

607 Kcal 21,1g Prot 24,1g Lip 70,7g Hc

24

Crema de calabacín
Pollo salteado
Arroz pilaf
Yogur sabor
Pan sin alérgenos
(14, 7)

560 Kcal 26,7g Prot 15g Lip 72,1g Hc

25

Garbanzos estofados con tomate
Huevo frito
Patatas fritas
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(3, 14)

812 Kcal 25g Prot 40g Lip 79,5g Hc

26

Arroz tres delicias (huevo, jamón y guisante)
Hamburguesa de ternera casera a la plancha
Ensalada variada
Yogur sabor
Pan sin alérgenos
(3, 6, 14, 7)

685 Kcal 29,8g Prot 19,4g Lip 89,8g Hc

27

30

31



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.

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

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

2

Guisantes salteados
Salchichas de pavo al grill
Puré de patatas
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(6, 7)

807 Kcal 29,1g Prot 23,7g Lip 110g Hc

3

Macarrones al ajillo
Hamburguesa de ternera casera a la plancha
Ensalada de lechuga y zanahoria
Yogur sabor
Pan sin alérgenos
(14, 7)

651 Kcal 27,1g Prot 19,7g Lip 85g Hc

4

Arroz con salsa de tomate
Huevo frito
Patatas dado
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(3, 14)

846 Kcal 19g Prot 37,8g Lip 101,4g Hc

5

Patatas con verdura (zanahoria y pimiento)
Trasero de pollo asado al limón
Salteado campestre de verduras
Yogur sabor
Pan sin alérgenos
(14, 7)

981 Kcal 82,3g Prot 35,8g Lip 64,5g Hc

6

*Espirales con salsa de tomate
*Merluza a la andaluza
Ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(4, 14)

865 Kcal 24,2g Prot 20,1g Lip 141g Hc

9

Lentejas estofadas
Calamares a la andaluza
Tomate aliñado
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(14, 12)

639 Kcal 29g Prot 19,5g Lip 75,4g Hc

10

Sopa de verdura y pasta
Tortilla francesa
Menestra de verduras rehogadas (guisante y judía verde)
Yogur sabor
Pan sin alérgenos
(14, 3, 7)

659 Kcal 17,1g Prot 22,6g Lip 87,8g Hc

11

Crema de puerro
Pollo en salsa
Arroz pilaf
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(14)

686 Kcal 27,4g Prot 13,7g Lip 100,5g Hc

12

Arroz con pescado
Ragut de ternera
Panaché de verduras
Yogur sabor
Pan sin alérgenos
(2, 4, 12, 14, 7)

915 Kcal 45,5g Prot 18,4g Lip 120,7g Hc

13

Espirales salteadas con aceite de oliva y orégano
Merluza en salsa
Zanahoria vichy
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(4)

702 Kcal 22,8g Prot 14,1g Lip 113g Hc

16

Paella de verduras
Huevos cocidos con salsa de pimientos
Ensalada de lechuga y maíz
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(3, 14)

627 Kcal 15,9g Prot 16,4g Lip 94,5g Hc

17

Guisantes salteados
Jamoncitos de pollo asados
Arroz pilaf
Yogur sabor
Pan sin alérgenos
(7)

794 Kcal 64,4g Prot 36,5g Lip 70,1g Hc

18

*Macarrones con tomate
Albóndigas de ternera en salsa
Jardinera de verduras
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos

614 Kcal 24,1g Prot 22g Lip 72,9g Hc

19

Lentejas estofadas
Lacón a la plancha
Ensalada de lechuga
Yogur sabor
Pan sin alérgenos
(14, 7)

803 Kcal 35,7g Prot 22,3g Lip 98,5g Hc

20

Arroz con champiñones
*Merluza al limón
Ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(4, 14)

584 Kcal 21,8g Prot 12,1g Lip 89,3g Hc

23

Espaguetis salteados
Cinta de lomo fresca a la plancha
Ensalada de lechuga, tomate, maíz y atún
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(4, 14)

607 Kcal 21,1g Prot 24,1g Lip 70,7g Hc

24

Crema de calabacín
Pollo salteado
Arroz pilaf
Yogur sabor
Pan sin alérgenos
(14, 7)

560 Kcal 26,7g Prot 15g Lip 72,1g Hc

25

Garbanzos estofados con tomate
Huevo frito
Patatas fritas
Fruta de temporada
Pan sin alérgenos
(3, 14)

812 Kcal 25g Prot 40g Lip 79,5g Hc

26

Arroz tres delicias (huevo, jamón y guisante)
Hamburguesa de ternera casera a la plancha
Ensalada variada
Yogur sabor
Pan sin alérgenos
(3, 6, 14, 7)

685 Kcal 29,8g Prot 19,4g Lip 89,8g Hc

27

30

31



A: ALÉRGICOS

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.

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



LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
2	Guisantes salteados Salchichas de pavo al grill Puré de patatas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (6, 7) 807 Kcal 29,1g Prot 23,7g Lip 110g Hc	3	Macarrones al ajillo Hamburguesa de ternera casera a la plancha Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur sabor Pan sin alérgenos (14, 7) 651 Kcal 27,1g Prot 19,7g Lip 85g Hc	4	Arroz con salsa de tomate Lacón a la plancha Patatas dado Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 821 Kcal 24,7g Prot 28,6g Lip 109,7g Hc	5	Patatas con verdura (zanahoria y pimiento) Trasero de pollo asado al limón Salteado campestre de verduras Yogur sabor Pan sin alérgenos (14, 7) 981 Kcal 82,3g Prot 35,8g Lip 64,5g Hc	6	*Espirales con salsa de tomate *Merluza a la andaluza Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4, 14) 865 Kcal 24,2g Prot 20,1g Lip 141g Hc
9	Lentejas estofadas Calamares a la andaluza Tomate aliñado Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 12) 639 Kcal 29g Prot 19,5g Lip 75,4g Hc	10	Sopa de verdura y pasta Cinta de lomo fresca a la plancha Menestra de verduras rehogadas (guisante y judía verde) Yogur sabor Pan sin alérgenos (14, 7) 634 Kcal 25,3g Prot 22,7g Lip 73,6g Hc	11	Crema de puerro Pollo en salsa Arroz pilaf Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 686 Kcal 27,4g Prot 13,7g Lip 100,5g Hc	12	Arroz con pescado Ragut de ternera Panaché de verduras Yogur sabor Pan sin alérgenos (2, 4, 12, 14, 7) 915 Kcal 45,5g Prot 18,4g Lip 120,7g Hc	13	Espirales salteadas con aceite de oliva y orégano Merluza en salsa Zanahoria vichy Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4) 702 Kcal 22,8g Prot 14,1g Lip 113g Hc
16	Paella de verduras Hamburguesa de ternera casera a la plancha Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 661 Kcal 26g Prot 17,9g Lip 90,1g Hc	17	Guisantes salteados Jamoncitos de pollo asados Cuscús Yogur sabor Pan sin alérgenos (1, 7) 788 Kcal 65,3g Prot 36,6g Lip 67,2g Hc	18	*Macarrones con tomate Albóndigas de ternera en salsa Jardinera de verduras Fruta de temporada Pan sin alérgenos 614 Kcal 24,1g Prot 22g Lip 72,9g Hc	19	Lentejas estofadas Lacón a la plancha Ensalada de lechuga Yogur sabor Pan sin alérgenos (14, 7) 803 Kcal 35,7g Prot 22,3g Lip 98,5g Hc	20	Arroz con champiñones *Merluza al limón Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4, 14) 584 Kcal 21,8g Prot 12,1g Lip 89,3g Hc
23	Espaguetis salteados Cinta de lomo fresca a la plancha Ensalada de lechuga, tomate, maíz y atún Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4, 14) 607 Kcal 21,1g Prot 24,1g Lip 70,7g Hc	24	Crema de calabacín Pollo salteado Arroz pilaf Yogur sabor Pan sin alérgenos (14, 7) 560 Kcal 26,7g Prot 15g Lip 72,1g Hc	25	Garbanzos estofados con tomate Filete de pavo a la plancha Patatas fritas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 713 Kcal 28,3g Prot 26,2g Lip 81g Hc	26	Arroz dos delicias (pavo y maíz) Hamburguesa de ternera casera a la plancha Ensalada variada Yogur sabor Pan sin alérgenos (14, 7) 653 Kcal 28,9g Prot 15,9g Lip 90,1g Hc	27	
30		31							



A: ALÉRGICOS

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**.

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



EST. 1967



LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
2	Guisantes salteados Salchichas de pavo al grill Puré de patatas casero Fruta de temporada Pan sin alérgenos (6 , 14) 585 Kcal 24,4g Prot 20,3g Lip 68,8g Hc	3	Macarrones al ajillo Hamburguesa de ternera casera a la plancha Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 625 Kcal 24,3g Prot 17,5g Lip 86,3g Hc	4	Arroz con salsa de tomate Huevo frito Patatas dado Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3 , 14) 846 Kcal 19g Prot 37,8g Lip 101,4g Hc	5	Patatas estofadas con verduras Trasero de pollo asado al limón Salteado campestre de verduras Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 954 Kcal 79,6g Prot 33,5g Lip 65,5g Hc	6	*Espirales con salsa de tomate *Merluza a la andaluza Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4 , 14) 865 Kcal 24,2g Prot 20,1g Lip 141g Hc
9	Lentejas estofadas Calamares a la andaluza Tomate aliñado Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14 , 12) 639 Kcal 29g Prot 19,5g Lip 75,4g Hc	10	Sopa de verdura y pasta Tortilla francesa Menestra de verduras rehogadas (guisante y judía verde) Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14 , 3) 633 Kcal 14,3g Prot 20,4g Lip 89,1g Hc	11	Crema de puerro Pollo en salsa Arroz pilaf Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 686 Kcal 27,4g Prot 13,7g Lip 100,5g Hc	12	Arroz con pescado Ragut de ternera Panaché de verduras Fruta de temporada Pan sin alérgenos (2 , 4 , 12 , 14) 889 Kcal 42,8g Prot 16,2g Lip 122g Hc	13	Espirales salteadas con aceite de oliva y orégano Merluza en salsa Zanahoria vichy Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4) 702 Kcal 22,8g Prot 14,1g Lip 113g Hc
16	Paella de verduras Huevos cocidos con salsa de pimientos Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3 , 14) 627 Kcal 15,9g Prot 16,4g Lip 94,5g Hc	17	Guisantes salteados Jamoncitos de pollo asados Cuscús Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1) 762 Kcal 62,5g Prot 34,5g Lip 68,6g Hc	18	*Macarrones con tomate Albóndigas de ternera en salsa Jardinera de verduras Fruta de temporada Pan sin alérgenos 614 Kcal 24,1g Prot 22g Lip 72,9g Hc	19	Lentejas estofadas Lacón a la plancha Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 777 Kcal 32,9g Prot 20,1g Lip 99,9g Hc	20	Arroz con champiñones *Merluza al limón Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4 , 14) 584 Kcal 21,8g Prot 12,1g Lip 89,3g Hc
23	Espaguetis salteados Cinta de lomo fresca a la plancha Ensalada de lechuga, tomate, maíz y atún Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4 , 14) 607 Kcal 21,1g Prot 24,1g Lip 70,7g Hc	24	Crema de calabacín Pollo salteado Arroz pilaf Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 535 Kcal 24g Prot 12,9g Lip 73,4g Hc	25	Garbanzos estofados con tomate Huevo frito Patatas fritas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3 , 14) 812 Kcal 25g Prot 40g Lip 79,5g Hc	26	Arroz tres delicias (huevo,jamón y guisante) Hamburguesa de ternera casera a la plancha Ensalada variada Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3 , 6 , 14) 660 Kcal 27g Prot 17,3g Lip 91,1g Hc	27	
30		31							



A: ALÉRGICOS

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**.

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



EST. 1967



LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
2	Brócoli salteado Filete de pavo a la plancha Puré de patatas casero Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 438 Kcal 18,1g Prot 11,7g Lip 48,7g Hc	3	Macarrones al ajillo Hamburguesa de ternera casera a la plancha Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur sabor Pan sin alérgenos (14 , 7) 651 Kcal 27,1g Prot 19,7g Lip 85g Hc	4	Arroz con salsa de tomate Huevo frito Patatas dado Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3 , 14) 971 Kcal 19,6g Prot 37,8g Lip 127,2g Hc	5	Patatas con verdura (zanahoria y pimiento) Trasero de pollo asado al limón Champiñón salteado Yogur sabor Pan sin alérgenos (14 , 7) 961 Kcal 81,6g Prot 35,7g Lip 61,9g Hc	6	*Espirales con salsa de tomate *Merluza a la andaluza Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4 , 14) 991 Kcal 24,8g Prot 20,1g Lip 166,8g Hc
9	Patatas estofadas con verduras Calamares a la andaluza Tomate aliñado Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14 , 12) 586 Kcal 18,7g Prot 21,8g Lip 70,2g Hc	10	Sopa de verdura y pasta Tortilla francesa Calabacín salteado Yogur sabor Pan sin alérgenos (14 , 3 , 7) 573 Kcal 13,6g Prot 22,2g Lip 72,9g Hc	11	Crema de puerro Pollo en salsa Arroz pilaf Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 686 Kcal 27,4g Prot 13,7g Lip 100,5g Hc	12	Arroz con pescado Ragut de ternera Verduras variadas Yogur sabor Pan sin alérgenos (2 , 4 , 12 , 14 , 7) 931 Kcal 45,8g Prot 20,5g Lip 119,6g Hc	13	Espirales salteadas con aceite de oliva y orégano Merluza en salsa Zanahoria vichy Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4) 702 Kcal 22,8g Prot 14,1g Lip 113g Hc
16	Paella de verduras Huevos cocidos con salsa de pimientos Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3 , 14) 627 Kcal 15,9g Prot 16,4g Lip 94,5g Hc	17	Coliflor al ajoarriero Jamoncitos de pollo asados Arroz pilaf Yogur sabor Pan sin alérgenos (7) 877 Kcal 59,4g Prot 39,5g Lip 85,9g Hc	18	*Macarrones con tomate Albóndigas de ternera en salsa Zanahoria salteada Fruta de temporada Pan sin alérgenos 569 Kcal 22,8g Prot 18,7g Lip 71,1g Hc	19	Pisto de verduras Lacón a la plancha Ensalada de lechuga Yogur sabor Pan sin alérgenos (14 , 7) 657 Kcal 24,7g Prot 21,9g Lip 79,5g Hc	20	Arroz con champiñones *Merluza al limón Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4 , 14) 584 Kcal 21,8g Prot 12,1g Lip 89,3g Hc
23	Espaguetis salteados Cinta de lomo fresca a la plancha Ensalada de lechuga, tomate, maíz y atún Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4 , 14) 607 Kcal 21,1g Prot 24,1g Lip 70,7g Hc	24	Crema de calabacín Pollo salteado Arroz pilaf Yogur sabor Pan sin alérgenos (14 , 7) 560 Kcal 26,7g Prot 15g Lip 72,1g Hc	25	* Sopa de ave Huevo frito Patatas fritas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3 , 14) 862 Kcal 24,3g Prot 37,8g Lip 93,7g Hc	26	Arroz dos delicias (pavo y maíz) Hamburguesa de ternera casera a la plancha Ensalada variada Yogur sabor Pan sin alérgenos (14 , 7) 653 Kcal 28,9g Prot 15,9g Lip 90,1g Hc	27	
30		31							



EST. 1967

RUNNYMEDE COLLEGE

Delight, Ornament, Ability



A: ALÉRGENOS

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.

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

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
2	Guisantes salteados Salchichas de pavo al grill Puré de patatas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (6, 7) 807 Kcal 29,1g Prot 23,7g Lip 110g Hc	3	Macarrones al ajillo Hamburguesa de ternera casera a la plancha Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur sabor Pan sin alérgenos (14, 7) 651 Kcal 27,1g Prot 19,7g Lip 85g Hc	4	Arroz con salsa de tomate Huevo frito Patatas dado Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3, 14) 846 Kcal 19g Prot 37,8g Lip 101,4g Hc	5	Patatas con verdura (zanahoria y pimiento) Trasero de pollo asado al limón Salteado campestre de verduras Yogur sabor Pan sin alérgenos (14, 7) 981 Kcal 82,3g Prot 35,8g Lip 64,5g Hc	6	*Espirales con salsa de tomate Filete de pavo a la plancha Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 795 Kcal 23,1g Prot 15,2g Lip 134,5g Hc
9	Lentejas estofadas Cinta de lomo fresca a la plancha Tomate aliñado Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 609 Kcal 29,6g Prot 20,5g Lip 65,7g Hc	10	Sopa de verdura y pasta Tortilla francesa Menestra de verduras rehogadas (guisante y judía verde) Yogur sabor Pan sin alérgenos (14, 3, 7) 659 Kcal 17,1g Prot 22,6g Lip 87,8g Hc	11	Crema de puerro Pollo en salsa Arroz pilaf Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 686 Kcal 27,4g Prot 13,7g Lip 100,5g Hc	12	Arroz con verduras Ragut de ternera Panaché de verduras Yogur sabor Pan sin alérgenos (14, 7) 669 Kcal 34,7g Prot 16,7g Lip 95,9g Hc	13	Espirales salteadas con aceite de oliva y orégano *Filete de pavo en salsa Zanahoria vichy Fruta de temporada Pan sin alérgenos 697 Kcal 21,6g Prot 14,2g Lip 111,4g Hc
16	Paella de verduras Huevos cocidos con salsa de pimientos Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3, 14) 627 Kcal 15,9g Prot 16,4g Lip 94,5g Hc	17	Guisantes salteados Jamoncitos de pollo asados Cuscús Yogur sabor Pan sin alérgenos (1, 7) 788 Kcal 65,3g Prot 36,6g Lip 67,2g Hc	18	*Macarrones con tomate Albóndigas de ternera en salsa Jardinera de verduras Fruta de temporada Pan sin alérgenos 614 Kcal 24,1g Prot 22g Lip 72,9g Hc	19	Lentejas estofadas Lacón a la plancha Ensalada de lechuga Yogur sabor Pan sin alérgenos (14, 7) 803 Kcal 35,7g Prot 22,3g Lip 98,5g Hc	20	Arroz con champiñones Filete de pavo al limón Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 605 Kcal 22,4g Prot 12,4g Lip 92,6g Hc
23	Espaguetis salteados Cinta de lomo fresca a la plancha Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 585 Kcal 18,9g Prot 22,9g Lip 70,7g Hc	24	Crema de calabacín Pollo salteado Arroz pilaf Yogur sabor Pan sin alérgenos (14, 7) 560 Kcal 26,7g Prot 15g Lip 72,1g Hc	25	Garbanzos estofados con tomate Huevo frito Patatas fritas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3, 14) 812 Kcal 25g Prot 40g Lip 79,5g Hc	26	Arroz tres delicias (huevo, jamón y guisante) Hamburguesa de ternera casera a la plancha Ensalada variada Yogur sabor Pan sin alérgenos (3, 6, 14, 7) 685 Kcal 29,8g Prot 19,4g Lip 89,8g Hc	27	
30		31							



A: ALÉRGICOS

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.

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



LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
2	Guisantes salteados Salchichas veganas Puré de patatas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (6, 7) 659 Kcal 18,1g Prot 15,6g Lip 101,9g Hc	3	Macarrones al ajillo Hamburguesa vegana a la plancha Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur sabor Pan sin alérgenos (1, 6, 14, 7) 821 Kcal 8,4g Prot 37,9g Lip 89,7g Hc	4	Arroz con salsa de tomate Huevo frito Patatas dado Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3, 14) 846 Kcal 19g Prot 37,8g Lip 101,4g Hc	5	Patatas con verdura (zanahoria y pimiento) Tofu a la plancha Salteado campestre de verduras Yogur sabor Pan sin alérgenos (14, 6, 7) 636 Kcal 24,6g Prot 26,5g Lip 64,2g Hc	6	*Espirales con salsa de tomate *Calabacín chips Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 763 Kcal 9g Prot 18,2g Lip 134,7g Hc
9	Lentejas estofadas Queso fresco Tomate aliñado Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 7) 488 Kcal 19g Prot 10,9g Lip 67,1g Hc	10	Sopa de verdura Tortilla francesa Menestra de verduras rehogadas (guisante y judía verde) Yogur sabor Pan sin alérgenos (14, 3, 7) 622 Kcal 17,8g Prot 19,4g Lip 84,1g Hc	11	Crema de puerro Tiras de tofu marinadas Arroz pilaf Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 1, 6) 910 Kcal 45,2g Prot 30,8g Lip 98,8g Hc	12	Arroz con verduras Empanadillas de pisto Panaché de verduras Yogur sabor Pan sin alérgenos (14, 7) 760 Kcal 10,4g Prot 22,5g Lip 123,1g Hc	13	Espirales salteadas con aceite de oliva y orégano Champiñón al ajillo Zanahoria vichy Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 735 Kcal 17,5g Prot 17g Lip 108,8g Hc
16	Paella de verduras Huevos cocidos con salsa de pimientos Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3, 14) 627 Kcal 15,9g Prot 16,4g Lip 94,5g Hc	17	Guisantes salteados Cuscús de verduras Tomate aliñado Yogur sabor Pan sin alérgenos (1, 14, 7) 743 Kcal 25g Prot 16,3g Lip 112,8g Hc	18	*Macarrones con tomate Tofu a la plancha Jardinera de verduras Fruta de temporada Pan sin alérgenos (6) 635 Kcal 20,8g Prot 26g Lip 71,6g Hc	19	Lentejas estofadas Tortilla francesa Ensalada de lechuga Yogur sabor Pan sin alérgenos (14, 3, 7) 784 Kcal 25g Prot 22,7g Lip 103,8g Hc	20	Arroz con champiñones *Chips de berenjena Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 591 Kcal 7,7g Prot 18,3g Lip 91,6g Hc
23	Espaguetis salteados Dados de queso con Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1, 3, 6, 7, 14) 487 Kcal 5,4g Prot 17,6g Lip 71,5g Hc	24	Crema de calabacín Pisto manchego Arroz pilaf Yogur sabor Pan sin alérgenos (14, 7) 587 Kcal 11g Prot 21,7g Lip 79,3g Hc	25	Garbanzos estofados con tomate Huevo frito Patatas fritas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3, 14) 812 Kcal 25g Prot 40g Lip 79,5g Hc	26	Ensalada de arroz Hamburguesa vegana a la plancha Ensalada variada Yogur sabor Pan sin alérgenos (14, 1, 6, 7) 854 Kcal 9,4g Prot 37,9g Lip 94,7g Hc	27	
30		31							



A: ALÉRGICOS

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**.

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



EST. 1967

RUNNYMEDE COLLEGE
 Delight, Ornament, Ability

