



<p>06 610 63 27 28</p> <p>Ensalada de verduras de temporada Lentejas ecológicas con verduras A1 A3 I6 I9 Tortilla francesa con zanahoria A7 I7 Fruta</p> <p>- Ensalada de quinoa. Fruta</p>	<p>07 827 104 31 32</p> <p>Ensalada completa con atún A8 I8 I7 Gazpacho manchego (tortas cenceñas, pollo) A1 A3 I8 I5 I7 Tosta de queso A1 A9 I7 Fruta</p> <p>- Salmón a la plancha con salteado de verduras. Fruta</p>	<p>08 653 69 30 28</p> <p>Ensalada de verduras de temporada Crema de verduras de temporada Jamoncitos de pollo en su jugo con salteado de arroz I8 I7 I5 Fruta</p> <p>- Champiñones al ajillo y huevo revuelto. Fruta</p>	<p>02 669 83 31 23</p> <p>Ensalada con fruta Arroz tres delicias sin jamón cocido A9 A14 A7 Bacalao encebollado A8 I8 I7 Fruta</p> <p>- Tosta de hummus con parrillada de verduras y mazorca de maíz. Fruta</p>	<p>03 761 102 29 25</p> <p>Ensalada de verduras de temporada Garbanzos con calabaza I6 Sandwich de pavo con chips A1 A7 A9 A12 A13 A14 Fruta</p> <p>DÍA MUNDIAL DEL SÁNDWICH</p>
<p>13 575 46 23 33</p> <p>Ensalada de verduras de temporada Hervido valenciano A3 I6 Pechuga de pollo con champiñones A14 Fruta</p> <p>- Hamburguesa vegetal con aguacate. Fruta</p>	<p>14 735 63 30 38</p> <p>Ensalada de verduras de temporada Alubias con verduras y pollo A9 Tortilla de calabacín con chips de boniato A7 I7 Fruta</p> <p>- Bacalao patatas a lo pobre y espinacas. Fruta</p>	<p>15 592 59 23 29</p> <p>Ensalada con fruta Crema de puerros y pera A3 Hamburguesa 100% pollo con patatas panadera I5 I8 I7 Fruta</p> <p>Judías verdes salteadas con cebolla y tomate</p>	<p>09 682 71 32 29</p> <p>Ensalada con fruta Espirales con tomate, brócoli y queso A1 A7 A9 I7 Merluza empanada (al horno) A1 A7 A8 I7 I8 Yogur A9 I7</p> <p>- Patatas rellenas gratinadas. Fruta</p>	<p>10 663 71 31 28</p> <p>Ensalada de verduras de temporada Sopa de fideos ECO con garbanzos A3 A1 I6 I8 I5 I7 Tortilla de patatas con judías verdes A7 I6 I7 Fruta</p> <p>Merluza al horno con pisto</p>
<p>20 663 95 22 21</p> <p>Ensalada de verduras de temporada Espaguetis con salsa de verduras A1 A7 Bacalao gratinado con alioli A8 A7 I8 I7 Plátano con sirope de chocolate A9 A13 A14 I6 I7</p> <p>FELIZ DÍA UNIVERSAL DEL NIÑO</p>	<p>21 580 45 29 31</p> <p>Ensalada de verduras de temporada Crema de calabaza y coliflor A3 Pechuga de pollo en salsa con calabacín I5 I8 I7 Fruta</p> <p>Menestra de verdura salteada con gambitas</p>	<p>22 627 54 32 31</p> <p>Ensalada de verduras de temporada Potaje de garbanzos con verduras I6 Tortilla de atún con queso A7 A8 A9 I8 I7 Fruta</p> <p>- Merluza al horno con patatas y espárragos. Fruta</p>	<p>23 778 75 38 40</p> <p>Ensalada Antártica (zanahoria, remolacha, maíz) Sopa de pingüino (pescado con estrellitas) A3 A4 A11 A1 A7 A8 I8 I7 Pollo con puré de patatas A9 A1 A3 A7 A13 A14 Iceberg de fruta (yogur con fruta) A9 I7</p> <p>JORNADA GASTRONÓMICA ANTÁRTICA</p>	<p>17 667 73 35 27</p> <p>Ensalada de verduras de temporada Lentejas estofadas con verduras A1 I6 I9 Lenguadina con pisto A8 A4 A11 I8 I7 Fruta</p> <p>Pizza de atún y queso</p>
<p>27 644 57 26 34</p> <p>Ensalada de verduras de temporada Guisado de patata con pescado A3 Tortilla Paisana Con Pan Tumaca A7 A1 I7 Fruta</p> <p>Chuleta de pavo plancha con verdura</p>	<p>28 793 77 36 36</p> <p>Ensalada de verduras de temporada Macarrones integrales con boloñesa vegetal A1 A7 A14 A12 A13 A10 I6 Boquerones rebozados A1 A4 A7 A8 A9 A11 I7 I8 Fruta</p> <p>Hervido de otoño</p>	<p>29 576 58 31 23</p> <p>Ensalada con fruta Crema de guisantes, puerro y alubias A3 I10 I6 Dados de pollo salteados con verduras y mazorca de maíz I8 I5 I7 Fruta</p> <p>- Dorada a la plancha con chips de boniato. Fruta</p>	<p>30 646 63 43 25</p> <p>Ensalada de verduras de temporada Lentejas con verduras A1 A3 I6 I9 Merluza a la meunière (con patatas) A8 I8 I7 Yogur A9 I7</p> <p>- Lasaña de calabacín y verduras con soja text. Fruta</p>	<p>24 695 93 19 26</p> <p>Ensalada de temporada con naranja I7 Paella valenciana I8 I5 I7 I6 I10 Bastones de verduras en tempura A1 A4 A7 A8 A9 A11 A13 A14 I6 I8 I7 Fruta</p> <p>- Crema de verdura y tortilla francesa. Fruta</p>

A1 - Gluten A2 - Altramuz A3 - Dioxido de azufre y sulfitos A4 - Molusco A5 - Cacahuete A6 - Apio A7 - Huevos A8 - Pescado A9 - Lacteo A10 - Mostaza A11 - Crustaceo A12 - Sesamo A13 - Frutos de cascara A14 - Soja

Kilocalorías Proteínas Hidratos Grasas

I8 - Ovolactovegetariano I10 - Sin alubias I5 - Sin carne I2 - Sin cerdo I6 - Sin legumbres I9 - Sin lentejas I7 - Vegano



06 610 63 27 28

Amanida de verdures de temporada
 Llentilles ecològiques amb verdures A1 A3 I6 I9
 Truita francesa amb carlota A7 I7
 Fruita

- Amanida de quinoa. Fruita

07 827 104 31 32

Amanida completa amb tonyina A8 I8 I7
 Gaspatxo manxec A1 A3 I8 I5 I7
 Tosta de formatge A1 A9 I7
 Fruita

- Salmó a la planxa amb saltat de verdures. Fruita

08 653 69 30 28

Amanida de verdures de temporada
 Crema de verdures de temporada
 Pernillets de pollastre al suc amb saltat d'arròs I8 I7 I5
 Fruita

Xampinyons amb allada i ou girat. Fruita

02 669 83 31 23

Amanida amb fruita
Arròs tres delícies sense ou A9 A14 A7
 Bacallà amb salsa de ceba A8 I8 I7
 Fruita

- Torrada d'humus amb graellada de verdures i panotxa de blat de moro. Fruita

03 761 102 29 25

Amanida de verdures de temporada
 Cigrons amb carabassa I6
Sandvitx de gall dindi amb xips A1 A7 A9 A12 A13 A14
 Fruita

DIA MUNDIAL DEL SÀNDWITX

13 575 46 23 33

Amanida de verdures de temporada
 Bullit valencià A3 I6
Pit de pollastre amb xampinyons A14
 Fruita

Hamburguesa vegetal con aguacate. Fruita

14 735 63 30 38

Amanida de verdures de temporada
Fesols amb verdures i pollastre A9
 Truita de carabasseta amb xips de moniato A7 I7
 Fruita

- Bacallà amb creïlles i espinacs. Fruita

15 592 59 23 29

Amanida amb fruita
 Crema de porros i pera A3
 Hamburguesa 100% pollastre amb creïlles panadera I5 I8 I7
 Fruita

Fesols tendres saltats amb ceba i tomata

09 682 71 32 29

Amanida amb fruita
 Espirals amb tomaca, bròcoli i formatge A1 A7 A9 I7
 Lluç empanat (al forn) A1 A7 A8 I7 I8
 Iogurt A9 I7

- Creïlles farcides gratinades. Fruita

10 663 71 31 28

Amanida de verdures de temporada
 Sopa de fideus ECO amb cigrons A3 A1 I6 I8 I5 I7
 Truita de patates amb amb mongetes verdes A7 I6 I7
 Fruita

Lluç al forn amb samfaina

20 663 95 22 21

Amanida de verdures de temporada
 Espaguetis amb salsa de verdures A1 A7
 Bacallà gratinat amb all i oli A8 A7 I8 I7
 Plàtan amb xarop de xocolata A9 A13 A14 I6 I7

FELIÇ DIA UNIVERSAL DEL XIQUET

21 580 45 29 31

Amanida de verdures de temporada
 Crema de carabassa i coliflor A3
 Pit de pollastre en salsa amb carabasseta I5 I8 I7
 Fruita

Minestra de verdura saltada amb gambetes

22 627 54 32 31

Amanida de verdures de temporada
 Potatge de cigrons amb verdures I6
 Truita de tonyina amb formatge A7 A8 A9 I8 I7
 Fruita

- Lluç al forn amb creïlles i espàrrecs. Fruita

23 778 75 38 40

Amanida Antàrtica (carlota, remolatxa, blat de moro)
 Sopa de pingüí (peix amb estrelletes) A3 A4 A11 A1 A7 A8 I8 I7
Pollastre amb puré de patates A9 A1 A3 A7 A13 A14
 Iceberg de fruita (iogurt amb fruita) A9 I7

JORNADA GASTRONÒMICA ANTÀRTICA

24 695 93 19 26

Amanida de temporada amb taronja I7
 Paella valenciana I8 I5 I7 I6 I10
 Verdures en tventura A1 A4 A7 A8 A9 A11 A13 A14 I6 I8 I7
 Fruita

- Crema de verdura i truita francesa. Fruita

27 644 57 26 34

Amanida de verdures de temporada
Guisat de creïlla amb peix A3
 Truita paisana amb pa tumaca A7 A1 I7
 Fruita

Xulla de titot planxa amb verdura

28 793 77 36 36

Amanida de verdures de temporada
 Macarrons integrals amb bolonyesa vegetal A1 A7 A14 A12 A13 A10 I6
 Seitons arrebossats A1 A4 A7 A8 A9 A11 I7 I8
 Fruita

Bullit de tardor

29 576 58 31 23

Amanida amb fruita
 Crema de pèsols, porro i fesols A3 I10 I6
 Daus de pollastre saltats amb verdures i panotxa de blat de moro I8 I5 I7
 Fruita

- Daurada a la planxa amb xips de moniato. Fruita

30 646 63 43 25

Amanida de verdures de temporada
 Llentilles amb verdures A1 A3 I6 I9
 Lluç a la meunière (amb creïlles) A8 I8 I7
 Iogurt A9 I7

- Lasanya de carabasseta i verdures al gust amb soja texturada. Fruita

A1 - Gluten A2 - Tramús A3 - Diòxid de sofre i sulfits A4 - Mol·lusc A5 - Cacauet A6 - Api A7 - Ous A8 - Peix A9 - Lacti A10 - Mostassa A11 - Crustaci A12 - Sèsam A13 - Fruits de closca A14 - Soja

Quilocalories Proteïnes Carbohidrats Greixos

I8 - Ovolactovegetariano I10 - Sin alubias I5 - Sin carne I2 - Sin cerdo I6 - Sin legumbres I9 - Sin lentejas I7 - Vegano

Grupo CAPS - 897320378 - +(34) 963 976 520 | nutricion@grupocaps.com - C/ Sequia De Mestalla 2 - 46210 Picanya, Valencia