



<p><b>05</b> 654 64 39 26</p> <p>Ensalada de temporada con naranja</p> <p><b>Lentejas con verduras</b> A1 A3</p> <p>Tortilla de atún A8 A7 I7 I8</p> <p>Fruta</p> <p>- Crema de verduras y salmón al papillote. Fruta</p>	<p><b>06</b> 593 50 26 31</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Guisado de patata con verduras A3</p> <p>Longanizas 100% pollo con salsa de tomate A3 I6 I8 I7 I5</p> <p>Fruta</p> <p>Bacalao gratinado con all i oli</p>	<p><b>07</b> 703 74 24 33</p> <p>Ensalada de temporada con naranja</p> <p>Crema de verduras y legumbres A3 A1 I6 I10 I9</p> <p>Cuadraditos de merluza rebozados con rodajitas de zanahoria especiadas A1 A8 A10 A14 I7 I6 I8</p> <p>Fruta</p> <p>Contramuslo de pollo con champiñones y chips de boniato</p>	<p><b>08</b> 648 74 29 25</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Macarrones ecológicos con berenjena, tomate y queso A1 A9 I7</p> <p>Rape a la cazuela A8 I7 I8</p> <p>Fruta</p> <p>- Tortilla francesa y brócoli hervido. Fruta</p>	<p><b>09</b> 883 84 46 43</p> <p>Tempura de calabacín A1 A4 A8 A9 A11</p> <p><b>Arroz tres delicias sin jamón cocido</b> A9 A14 A7</p> <p>Pollo satay con salsa de curry A9 I8 I5 I7</p> <p>Bizcocho del Dragón A9 A1 A7 I7</p> <p>Gratén de patatas, verduras y queso</p>
<p><b>12</b> 611 75 23 22</p> <p>Ensalada de temporada con naranja</p> <p>Crema bretona (alubias blancas y puerros) A3 I6 I10</p> <p>Panini casero de taquitos de pavo, tomate y queso A1 A9 I5 I8 I7</p> <p>Fruta</p> <p>- Boquerones rebozados con tomate aliñado</p>	<p><b>13</b> 548 75 21 18</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Arroz con coliflor y bacalao A8 I7 I8</p> <p>Huevo relleno (yema y tomate frito) A7 I7</p> <p>Fruta</p> <p>- Pavo con judías verdes y puré de patatas. Fruta</p>	<p><b>14</b> 649 84 25 23</p> <p>Ensalada de temporada con naranja</p> <p>Garbanzos con calabaza I6</p> <p>Tortilla de patatas A7 I7</p> <p>Fruta</p> <p>Merluza enharinada casera</p>	<p><b>15</b> 547 38 37 26</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p><b>Sopa de verduras con fideos</b> A1</p> <p>Pollo asado a la miel y limón con chips de boniato I5 I7 I8</p> <p>Yogur A9 I7</p> <p>Ternera en salsa jardinera</p>	<p><b>16</b> 629 67 30 25</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Espaguetis con tomate aderezado y aceitunas A1 A7</p> <p>Gallo San Pedro con judías verdes A8 I6 I8 I7</p> <p>Fruta</p> <p>- Patatas rellenas gratinadas. Fruta</p>
<p><b>19</b> 776 93 14 38</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p><b>Arroz al horno con garbanzos y verduras</b> A3 A9 A13</p> <p>Croquetas de bacalao A1 A4 A7 A8 A9 A11 A14 I8 I7 I6</p> <p>Fruta</p> <p>Pechuga de pavo con pisto</p>	<p><b>20</b> 616 61 27 30</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Lentejas ecológicas con verduras A1 A3 I9 I6</p> <p>Tortilla francesa con maíz salteado A7 I7</p> <p>Fruta</p> <p>Fajitas de pollo</p>	<p><b>21</b> 738 69 42 33</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p><b>Macarrones integrales con tomate, nata y queso</b> A1 A7 A9 A10 A14</p> <p>Merluza 'al ajillo' con guisantes A8 I7 I6 I8</p> <p>Fruta</p> <p>- Tosta de hummus, verduras y mazorca de maíz</p>	<p><b>22</b> 581 42 26 34</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Crema de puerros y pera A3</p> <p>Alitas de pollo al horno con champiñones y patatas I7 I8 I5</p> <p>Yogur A9 I7</p> <p>- Salmón a la plancha con verduras. Fruta</p>	<p><b>23</b> 860 66 39 46</p> <p>Ensalada de temporada con naranja</p> <p><b>Fabada vegetal</b> A3 A9 A13 A14</p> <p>Tortilla de queso con pan tumaca A9 A7 A1 I7</p> <p>Fruta</p> <p>Chuleta de pavo plancha con verdura</p>
<p><b>26</b> 637 56 39 28</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p><b>Sopa minestrone con caracolas</b> A1 A7</p> <p>Bacalao a la vizcaína A1 A8 I7 I8</p> <p>Fruta</p> <p>- Tortilla de coliflor con ensalada y queso. Fruta</p>	<p><b>27</b> 685 76 23 32</p> <p>Ensalada de temporada con naranja</p> <p>Garbanzos con espinacas A3 I6</p> <p>Nuggets de pollo A1 A14 A10 I5 I6 I8 I7</p> <p>Fruta</p> <p>Coca de atún</p>	<p><b>28</b> 691 92 17 28</p> <p>Entrante de hummus de calabaza con nachos A9 A3 I6</p> <p>Arroz con tomate</p> <p>Tortilla francesa A7 I7</p> <p>Fruta</p> <p>- Crema de verduras y salmón al papillote. Fruta</p>	<p><b>29</b> 480 34 25 27</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Patatas gratinadas con queso A9 I7</p> <p><b>Pechuga de pollo con calabacín</b> A14</p> <p>Yogur A9 I7</p> <p>- Calamares enharinados con champiñones</p>	

La recomendación de cena son los platos detallados en la franja azul inferior. Se ofrecerá pan integral una vez por semana.

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

I10 - Alubias I5 - Carne I2 - Cerdo I6 - Legumbres I9 - Lentejas I8 - No apto ovo-lacto-vegetariano I7 - No apto vegano

Grupo CAPS - B97320378 - +(34) 963 976 520 | nutricion@grupocaps.com - C/ Sequia De Mestalla 2 - 46210 Picanya, Valencia



<b>05</b>	654	64	39	26
Amanida de temporada amb taronja				
<b>Lentilles amb verdures</b>	A1	A3		
Truita de tonyina	A8	A7	I7	I8
Fruita				
<b>- Crema de verdures i salmó al papillot. Fruita</b>				

<b>06</b>	593	50	26	31
Amanida de verdures de temporada				
Guisat de creïlla amb verdures				A3
Llonganisses 100% pollastre amb salsa de tomata	A3	I6	I8	I7
Fruita				
<b>Bacallà gratinat amb all i oli</b>				

<b>07</b>	703	74	24	33
Amanida de temporada amb taronja				
Crema de llegums i verdures	A3	A1	I6	I10
Quadratets de lluç arrebossats amb carlota especiada	A1	A8	A10	A14
Fruita				
<b>Contracuixa de pollastre amb xampinyons i xips de moniato</b>				

<b>08</b>	648	74	29	25
Amanida amb fruita				
Macarrons ecològics amb alberginia, tomaca i formatge	A1	A9		I7
Rap a la cassola	A8	I7	I8	
Fruita				
<b>Truita francesa i bròcoli bullit. Fruita</b>				

<b>09</b>	883	84	46	43
Tempura de carabasseta	A1	A4	A8	A9
<b>Arròs tres delícies sense ou</b>				A9
Pollastre satay en salsa de curry	A9	I8	I5	I7
Coca del Drac	A9	A1	A7	I7
<b>Creïlles gratinades, verdures i formatge</b>				

<b>12</b>	611	75	23	22
Amanida de temporada amb taronja				
Crema bretona (fesols blancs i porros)	A3	I6	I10	
Panini casolà de dauets de titot, tomaca i formatge	A1	A9	I5	I8
Fruita				
<b>- Aladros arrebossats amb tomaca amanida</b>				

<b>13</b>	548	75	21	18
Amanida de verdures de temporada				
Arròs amb coliflor i bacallà	A8	I7	I8	
Ou farcit (rovells i tomata fregida)	A7	I7		
Fruita				
<b>-Gall dindi amb mongetes tendres i puré de creïlles. Fruita</b>				

<b>14</b>	649	84	25	23
Amanida de temporada amb taronja				
Cigrons amb carabassa				I6
Truita de creïlles	A7	I7		
Fruita				
<b>Lluç enfarinat cassolà</b>				

<b>15</b>	547	38	37	26
Amanida de verdures de temporada				
<b>Sopa de verdures amb fideus</b>				A1
Pollastre rostit a la mel i llimona amb xips de moniato	I5	I7	I8	
Iogurt	A9	I7		
<b>Vedella en salsa jardinera</b>				

<b>16</b>	629	67	30	25
Amanida de verdures de temporada				
Espaguetis amb tomàquet amanit i olives	A1	A7		
Gallo San Pedro amb bajoquetes	A8	I6	I8	I7
Fruita				
<b>- Creïlles farcides gratinades. Fruita</b>				

<b>19</b>	776	93	14	38
Amanida de verdures de temporada				
<b>Arròs al forn amb cigrons i verdures</b>	A3	A9	A13	
Croquetes de bacallà	A1	A4	A7	A8
Fruita	A9	A11	A14	
<b>Pit de gall dindi amb samfaina</b>				

<b>20</b>	616	61	27	30
Amanida de verdures de temporada				
Lentilles ecològiques amb verdures	A1	A3	I9	I6
Truita francesa amb blat saltejat	A7	I7		
Fruita				
<b>"Fajitas" de pollastre</b>				

<b>21</b>	738	69	42	33
Amanida de verdures de temporada				
<b>Macarrons integrals amb tomaca, nata i formatge</b>	A1	A7	A9	A10
Lluç al forn amb pèsols	A8	I7	I6	I8
Fruita				
<b>- Torrada d'hummus, verdures i panotxa de blat de moro</b>				

<b>22</b>	581	42	26	34
Amanida de verdures de temporada				
Crema de porros i pera				A3
Aletes de pollastre al forn amb xampinyons i creïlles	I7	I8	I5	
Iogurt	A9	I7		
<b>- Salmó a la planxa amb verdures. Fruita</b>				

<b>23</b>	860	66	39	46
Amanida de temporada amb taronja				
<b>Favada vegetal</b>	A3	A9	A13	A14
Truita de formatge amb pa tumaca	A9	A7	A1	I7
Fruita				
<b>Xulla de titot planxa amb verdura</b>				

<b>26</b>	637	56	39	28
Amanida de verdures de temporada				
<b>Sopa minestrone amb caracoles</b>	A1	A7		
Abadejo a la biscaïna	A1	A8	I7	I8
Fruita				
<b>-Tortilla de coliflor amb amanida i formatge. Fruita</b>				

<b>27</b>	685	76	23	32
Amanida de temporada amb taronja				
Cigrons amb espinacs				A3
Nuggets de pollastre	A1	A14	A10	I5
Fruita	I6	I8	I7	
<b>Coca de tonyina</b>				

<b>28</b>	691	92	17	28
Entrant d'hummus de carbassa amb natxos	A9	A3		I6
Arròs amb tomaca				
Truita francesa				A7
Fruita				I7
<b>- Crema de verdures i salmó al papillot. Fruita</b>				

<b>29</b>	480	34	25	27
Amanida de verdures de temporada				
Creïlles gratinades amb formatge	A9	I7		
<b>Pit de pollastre amb carabasseta</b>				A14
Iogurt	A9	I7		
<b>Calamars enfarinats amb xampinyons</b>				

