



<p>04 692 82 26 28</p> <p>Arroz con pollo y verduras I5 I8 I7 Tortilla de patatas A7 I7 Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada</p> <p>- Pescado con verduras al papillote. Fruta</p>	<p>05 824 95 29 34</p> <p>Sopa de cocido madrileño con fideos con garbanzos A3 A1 A7 A10 A14 I5 I8 I6 I2 I7 Bocadillo de calamares a la romana caseros A1 A4 A7 A8 A9 A11 A10 A14 I6 I11 I8 I7 Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada</p> <p>- Hamburguesa vegetal. Fruta</p>	<p>06 579 83 26 13</p> <p>Crema de calabaza y zanahoria ECO Fajitas con boloñesa vegetal (soja texturizada) A14 A12 A1 A13 I6 Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada</p> <p>- Fajitas de pollo con verduras. Fruta</p>	<p>07 831 84 44 33</p> <p>Mac and cheese (macarrones integrales) A1 A9 A10 A14 A7 I6 I11 I7 Merluza en salsa verde (AOVE, harina, ajo y perejil) A1 A8 A10 A14 I8 I7 I6 Guarnición: guisantes salteados I6 Yogur natural A9 I11 I7</p> <p>- Acelgas con huevo y nueces. Fruta</p>	<p>08 786 84 40 28</p> <p>Alubias pintas con verduras I6 I10 Ragout de ternera en salsa I5 I11 I7 I8 I6 Guarnición: patata dado Fruta ECO</p> <p>- Bacalao con crema de calabaza. Fruta</p>
<p>11 628 66 31 26</p> <p>Lentejas a la jardinera A1 A3 I9 I6 Tortilla de atún A7 A8 I8 I7 Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada</p> <p>- Verduras y salmón al papillote. Fruta</p>	<p>12 593 48 28 32</p> <p>Crema de calabacín y puerro Magro en salsa I2 I5 I8 I7 Guarnición: boniato asado Fruta de temporada</p> <p>- Pollo con manzana asada y verduras. Fruta</p>	<p>13 653 62 25 32</p> <p>Macarrones integrales con pisto de verduras A1 A7 A10 A14 I6 I7 Revuelto de queso A7 A9 I11 Guarnición: guisantes salteados I6 Fruta de temporada</p> <p>- Lomo en salsa con ñoquis. Fruta</p>	<p>14 750 85 23 36</p> <p>Arroz al curry (arroz salteado con una pizca de curry, pasas y daditos de manzana) A3 A5 A9 A13 A14 I6 I11 I7 Salmón al horno con hierbas y limón A8 I7 I8 Guarnición: ensalada de temporada Yogur artesano valenciano A9 I11 I7</p> <p>- Revuelto de jamón y champiñones. Fruta</p>	<p>15 646 57 27 33</p> <p>Potaje de garbanzos con espinacas A3 I6 Contramuslo de pollo al chimichurri I5 I7 I8 Guarnición: patatas fritas Fruta ECO</p> <p>- Alcachofas y lubina al horno. Fruta</p>
<p>18 836 104 39 26</p> <p>Ensalada completa (lechuga, tomate, zanahoria, maíz, queso fresco y aguacate) A9 I11 I7 Lasaña casera de soja texturizada A9 A1 A14 A13 A10 A12 I11 I7 I6 Guarnición: berenjenas molonas rebozadas A1 A7 A10 A14 I6 I7 Fruta de temporada</p> <p>- Crema de verduras con jamón y picatostes</p>	<p>19 660 53 25 38</p> <p>Crema de verduras de temporada Lomo de cerdo con salsa de nata, cebolla y champiñón A3 A9 I8 I5 I7 I2 I11 Guarnición: patatas panaderas (al horno) Fruta de temporada</p> <p>- Huevos rotos con salmón. Fruta</p>	<p>20 657 61 45 23</p> <p>Alubias blancas guisadas con verduras A3 I10 I6 Chuletas de pavo I8 I5 I7 Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada</p> <p>- Calamares enharinados con champiñones</p>	<p>21 596 55 30 28</p> <p>Guisado de patatas con verduras de temporada A3 I6 Merluza enharinada casera A1 A8 A10 A14 I8 I7 I6 Guarnición: ensalada con edamames A14 I6 Yogur natural A9 I11 I7</p> <p>- Ragout de ternera. Fruta</p>	<p>22 664 60 27 33</p> <p>Sopa de arroz integral I5 I7 I8 Tortilla de calabacín A7 I7 Guarnición: ensalada de temporada Fruta ECO</p> <p>- Bacalao al horno con ensalada. Fruta</p>
<p>25 710 95 28 25</p> <p>Lentejas con verduras ECO A3 A1 I6 I9 Tosta de sobrasada, queso y miel A3 A6 A9 A14 A1 I8 I2 I5 I6 I7 I11 Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada</p> <p>- Lasaña de calabacín y soja text. Fruta</p>	<p>26 754 88 31 29</p> <p>Espaguetis integrales a la napolitana con queso A1 A7 A9 A10 A14 I11 I7 I6 Boquerones enharinados caseros A1 A8 A10 A14 A4 A11 I7 I8 I6 Guarnición: habas salteadas I6 I10 Fruta de temporada</p> <p>- Magro de cerdo en salsa teriyaki. Fruta</p>	<p>27 588 45 38 28</p> <p>Crema de verduras de temporada Pollo asado I5 I7 I8 Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada</p> <p>- Ensalada de quinoa. Fruta</p>	<p>28 704 78 28 30</p> <p>Estofado de garbanzos con chorizo A3 I2 I5 I8 I7 I6 Tortilla francesa A7 I7 Guarnición: mazorca de maíz Fruta ECO</p> <p>- Abadejo al horno con espárragos. Fruta</p>	<p>29 703 89 17 29</p> <p>Paella valenciana I8 I5 I7 I6 I10 Hummus de aguacate con nachos A3 I6 Guarnición: ensalada de temporada Nube de fresas casero A9 I7 I11</p> <p>- Tortilla de espinacas y queso. Fruta</p>

La recomendación de la cena son los platos detallados en la franja azul inferior. El menú diario va acompañado de una ración de pan, ofreciéndose pan integral mínimo 2 veces a la semana. Betlem Heras CV01276

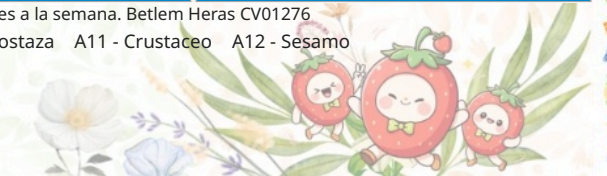
A1 - Gluten A2 - Altramuz A3 - Dioxido de azufre y sulfitos A4 - Molusco A5 - Cacahuete A6 - Apio A7 - Huevos A8 - Pescado A9 - Lacteo A10 - Mostaza A11 - Crustaceo A12 - Sesamo

A13 - Frutos de cascara A14 - Soja

Kilocalorías Proteínas Hidratos Grasas

I10 - Alubias I11 - APLV I5 - Carne I2 - Cerdo I6 - Legumbres I9 - Lentejas I8 - No apto ovo-lacto-vegetariano I7 - No apto vegano

Grupo CAPS - B97320378 - 963 976 520 | nutricion@grupocaps.com - C/ Séquia De Benàger, 25 - 46210 Picanya, Valencia





<p>04 692 82 26 28</p> <p>Arròs amb pollastre i verdures 15 18 17 Trita de creïlles A7 17 Guarnició: amanida de temporada Fruita de temporada</p> <p>- Peix amb verdures al "papillot". Fruita</p>	<p>05 824 95 29 34</p> <p>Sopa de fideus amb cigrons A3 A1 A7 A10 A14 15 18 16 12 17 Entrepà de calamars a la romana A1 A4 A7 A8 A9 A11 A10 A14 16 11 18 17 Guarnició: amanida de temporada Fruita de temporada</p> <p>- Hamburguesa vegetal. Fruita</p>	<p>06 579 83 26 13</p> <p>Crema de carabassa i safanòria ECO Fajitas amb bolonyesa vegetal (soja texturitzada) A14 A12 A1 A13 16 Guarnició: amanida de temporada Fruita de temporada</p> <p>- "Fajitas" de pollastre amb verdures. Fruita</p>	<p>07 831 84 44 33</p> <p>Mac and cheese (macarrons integrals) A1 A9 A10 A14 A7 16 11 17 Lluç en salsa verda A1 A8 A10 A14 18 17 Guarnició: pèsols saltats 16 Iogurt natural A9 11 17</p> <p>- Bledes amb ou i nous. Fruita</p>	<p>08 786 84 40 28</p> <p>Fesols pintes amb verdures 16 110 Ragout de vedella en salsa 15 111 17 18 16 Guarnició: creïlla a daus Fruita ECO</p> <p>- Bacallà amb crema de carabassa. Fruita</p>
<p>11 628 66 31 26</p> <p>Llenties a la jardineria A1 A3 19 16 Trita de tonyina A7 A8 18 17 Guarnició: amanida de temporada Fruita de temporada</p> <p>- Verdures i salmó al papillot. Fruita</p>	<p>12 593 48 28 32</p> <p>Crema de carabasseta i porro Magre en salsa 12 15 18 17 Guarnició: moniato rostit Fruita de temporada</p> <p>- Pollastre amb poma i verdures. Fruita</p>	<p>13 653 62 25 32</p> <p>Macarrons integrals amb samfaina A1 A7 A10 A14 16 17 Remenat de formatge A7 A9 111 Guarnició: pèsols saltats 16 Fruita de temporada</p> <p>- Llom en salsa amb gnocchis. Fruita</p>	<p>14 750 85 23 36</p> <p>Arròs al curri (arròs saltat amb curri, passes i poma) A3 A5 A9 A13 A14 16 11 17 Salmó al forn amb herbes i llima A8 17 18 Guarnició: amanida de temporada Iogurt artesà valencià A9 11 17</p> <p>- Regirat de pernil i xampinyons. Fruita</p>	<p>15 646 57 27 33</p> <p>Potatge de cigrons amb espinacs A3 16 Contraçuixa de pollastre al ximixurri 15 17 18 Guarnició: creïlles fregides Fruita ECO</p> <p>- Carxofes i llobarro al forn. Fruita</p>
<p>18 836 104 39 26</p> <p>Amanida completa (encisam, tomaca, carlota, dacsa, formatge fresc i alvocat) A9 111 17 Lasanya casolana de soja texturitzada A9 A1 A14 A13 A10 A12 11 17 16 Guarnició: albergínies molones arrebossades A1 A7 A10 A14 16 17 Fruita de temporada</p> <p>- Crema de verdures amb pernil i crostons</p>	<p>19 660 53 25 38</p> <p>Crema de verdures de temporada Llom de porc amb salsa de nata, ceba i xampinyó A3 A9 18 15 17 12 11 Guarnició: creïlles forneres (al forn) Fruita de temporada</p> <p>- Ous trencats amb salmó. Fruita</p>	<p>20 657 61 45 23</p> <p>Guisat de fesols amb verdures A3 110 16 Xulles de titot 18 15 17 Guarnició: amanida de temporada Fruita de temporada</p> <p>- Calamars enfarinats amb xampinyons</p>	<p>21 596 55 30 28</p> <p>Guisat de patates amb verdures de temporada A3 16 Lluç enfarinat cassolà A1 A8 A10 A14 18 17 16 Guarnició: amanida amb edamames A14 16 Iogurt natural A9 11 17</p> <p>- Ragut de vedella. Fruita</p>	<p>22 664 60 27 33</p> <p>Sopa d'arròs integral 15 17 18 Trita de carabasseta A7 17 Guarnició: amanida de temporada Fruita ECO</p> <p>- Bacallà al forn amb amanida. Fruita</p>
<p>25 710 95 28 25</p> <p>Llenties amb verdures ECO A3 A1 16 19 Tosta de sobrassada, formatge i mel A3 A6 A9 A14 A1 18 12 15 16 17 11 Guarnició: amanida de temporada Fruita de temporada</p> <p>- Lasanya de carabasseta i soja texturada. Fruita</p>	<p>26 754 88 31 29</p> <p>Espaguetis integrals a la napolitana amb formatge A1 A7 A9 A10 A14 11 17 16 Aladroc enfarinats casolans A1 A8 A10 A14 A4 A11 17 18 16 Guarnició: faves saltejades 16 110 Fruita de temporada</p> <p>- Magre de porc amb salsa teriyaki. Fruita</p>	<p>27 588 45 38 28</p> <p>Crema de verdures de temporada Pollastre rostit 15 17 18 Guarnició: amanida de temporada Fruita de temporada</p> <p>- Amanida de quinoa. Fruita</p>	<p>28 704 78 28 30</p> <p>Estofat de cigrons amb xoriç A3 12 15 18 17 16 Trita francesa A7 17 Guarnició: panotxa de dacsa Fruita ECO</p> <p>- Abadejo al forn amb espàrrecs. Fruita</p>	<p>29 703 89 17 29</p> <p>Paella valenciana 18 15 17 16 110 Hummus d'alvocat amb natxos A3 16 Guarnició: amanida de temporada Núvol de maduixes casolà A9 17 111</p> <p>- Trita d'espinacs i formatge. Fruita</p>

La recomanació del sopar són els plats detallats en la franja blava inferior. El menú diari va acompanyat d'una ració de pa, oferint-se pa integral mínim 2 vegades a la setmana.

A1 - Gluten A2 - Tramús A3 - Diòxid de sofre i sulfits A4 - Mol·lisc 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

I10 - Alubias I11 - APLV I5 - Carne I2 - Cerdo I6 - Legumbres I9 - Lentejas I8 - No apto ovo-lacto-vegetariano I7 - No apto vegano

Grupo CAPS - B97320378 - 963 976 520 | nutricion@grupocaps.com - C/ Séquia De Benàger, 25 - 46210 Picanya, Valencia

