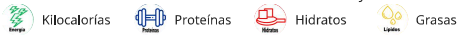




<p><b>11</b> </p> <p>Galletitas saladas <b>A1 A7 A9 A12 A14 I6</b>          Coditos a la napolitana <b>A1 A7 A9 I7</b>          Boquerones rebozados <b>A1 A4 A7 A8 A9 A11 I7 I8</b>          Fruta de temporada</p> <p>- Muslitos de pollo al horno con manzana asada y verduras. Fruta</p>	<p><b>12</b> </p> <p>Lechuga, pepino y tomate          Crema ECO de calabacín y zanahoria          Contramuslo de pollo al ajillo con cous cous <b>A1 A7 I8 I5 I7</b>          Fruta de temporada</p> <p>- Hamburguesa vegetal con aguacate. Fruta</p>	<p><b>13</b> </p> <p>Lechuga, maíz y aceitunas          Lentejas a la jardinera <b>A1 I9 I6</b>          Tortilla de patatas con dados de berenjena <b>A7 I7</b>          Postre casero de chocolate <b>A9 A1 A7 A5 A13 I6 I7</b></p> <p>- Bacalao con pimientos, calabacín y tomate. Fruta</p>	<p><b>14</b> </p> <p>Lechuga, tomate y maíz          Sopa de fideos con garbanzos <b>A1 A7 A3 I6 I7 I5 I8</b>          Merluza con salsa de tomate <b>A8 I8 I7</b>          Fruta de temporada</p> <p>- Tortilla francesa y brócoli hervido. Fruta</p>	<p><b>15</b> </p> <p>Pepino troceado aliñado          Arroz a banda <b>A3 A4 A11 A8 I8 I7</b>          Tosta de queso <b>A1 A9 I7</b>          Fruta de temporada</p> <p>- Berenjena rellena. Fruta</p>
<p><b>18</b> </p> <p>Lechuga, pepino y aceitunas          Hervido valenciano <b>A3 I6</b>          Albóndigas de ternera en salsa <b>A3 A9 A14 I5 I6 I8 I7 I2</b>          Fruta de temporada</p> <p>- Salmón a la plancha con salteado de verduras. Fruta</p>	<p><b>19</b> </p> <p>Lechuga, tomate y maíz          Potaje de garbanzos con verduras <b>I6</b>          Tortilla francesa con "pan tumaca integral" <b>A7 A1 I7</b>          Fruta de temporada</p> <p>- Ensalada de quinoa. Fruta</p>	<p><b>20</b> </p> <p>Ensalada completa con atún <b>A8 I8 I7</b>          Paella valenciana <b>I8 I5 I7 I6 I10</b>          Pavo y queso <b>A9 A6 A7 A14 I8 I5 I6 I7</b>          Fruta de temporada</p> <p>- Merluza al horno con patatas y espárragos. Fruta</p>	<p><b>21</b> </p> <p>Chupito de gazpacho andaluz <b>A1</b>          Ensalada de alubias blancas (lechuga, tomate, pepino, maíz, aceitunas) <b>I10 I6</b>          Alitas de pollo al horno <b>I7 I8 I5</b>          Fruta de temporada</p> <p>- Crema de verdura y tortilla francesa. Fruta</p>	<p><b>22</b> </p> <p>Lechuga, maíz y aceitunas          Macarrones ecológicos con boloñesa vegetal <b>A1 A14 I6</b>          Bacalao a la provenzal <b>A8 I8 I7</b>          Fruta de temporada</p> <p>- Sopa de brócoli, entremeses y fruta</p>
<p><b>25</b> </p> <p>Lechuga, zanahoria y maíz          Lentejas ecológicas con verduras <b>A1 I6 I9</b>          Merluza en salsa de cebolla <b>A8 I8 I7</b>          Fruta de temporada</p> <p>- Ternera salteada con calabacín a la plancha y tosta de aceite. Fruta</p>	<p><b>26</b> </p> <p>Lechuga, tomate y zanahoria          Arroz a la cubana con huevo duro <b>A7 I7</b>          Wok de pavo <b>A14 I8 I5 I7 I6</b>          Fruta de temporada</p> <p>- Lasaña de calabacín y verduras al gusto con soja texturizada. Fruta</p>	<p><b>27</b> </p> <p>Lechuga, pepino y aceitunas          Guisado de patata con verduras <b>A3</b>          Pollo asado al romero con chips de boniato <b>I5 I8 I7</b>          Fruta de temporada</p> <p>- Huevos al plato con tomate y guisantes. Fruta</p>	<p><b>28</b> </p> <p>Lechuga, manzana y aceitunas          Espaguetis a la amatriciana (tomate, bacon y queso) <b>A1 A7 A9 A14 I8 I5 I6 I7</b>          Abadejo con salsa de tomate, ajo y cebolla <b>A8 I7 I8</b>          Yogur <b>A9 I7</b></p> <p>- Menestra rehogada con ajitos. Fruta</p>	<p><b>29</b> </p> <p>Lechuga, pepino y tomate          Crema de verduras y legumbres <b>A3 A1 I9 I6 I10</b>          Tortilla de calabacín y patata <b>A7 I7</b>          Fruta de temporada</p> <p>- Pizza de jamón york y queso casera. Fruta</p>

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



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



<p><b>11</b> 806 84 30 38</p> <p>Galetes salades A1 A7 A9 A12 A14 16          Codits a la napolitana A1 A7 A9 17          Seitons arrebossats A1 A4 A7 A8 A9 A11 17 18          Fruita de temporada</p> <p>-Cuixetes de pollastre al forn amb poma rostida i verdures. Fruita</p>	<p><b>12</b> 614 62 35 24</p> <p>Encisam, cogombre i tomaca          Crema ECO de carabasseta i carlota          Contracuixa de pollastre a l'all amb cous cous A1 A7 18 15 17          Fruita de temporada</p> <p>Hamburguesa vegetal con aguacate. Fruita</p>	<p><b>13</b> 783 81 34 35</p> <p>Encisam, dacsa i olives          Llentilles a la jardineria A1 19 16          Truita de creïlles amb daus d'albergínia A7 17          Postres casolanes de xocolata A9 A1 A7 A5 A13 16 17</p> <p>- Bacallà amb pebrots, carbassó i tomàquet. Fruita</p>	<p><b>14</b> 652 47 43 32</p> <p>Encisam, tomaca i dacsa          Sopa de fideus amb cigrons A1 A7 A3 16 17 15 18          Lluç amb salsa de tomaca A8 18 17          Fruita de temporada</p> <p>Truita francesa i bròcoli bullit. Fruita</p>	<p><b>15</b> 695 100 21 25</p> <p>Cogombre trossejat amanit          Arròs a banda A3 A4 A11 A8 18 17          Tosta de formatge A1 A9 17          Fruita de temporada</p> <p>- Albergínia farcida. Fruita</p>
<p><b>18</b> 641 45 18 43</p> <p>Encisam, cogombre, olives          Bullit valencià A3 16          Mandonguilles de vedella en salsa A3 A9 A14 15 16 18 17 12          Fruita de temporada</p> <p>- Salmó a la planxa amb saltat de verdures. Fruita</p>	<p><b>19</b> 656 72 25 29</p> <p>Encisam, tomaca i dacsa          Potatge de cigrons amb verdures 16          Truita francesa amb "pa tumaca integral" A7 A1 17          Fruita de temporada</p> <p>- Amanida de quinoa. Fruita</p>	<p><b>20</b> 809 81 41 34</p> <p>Amanida completa amb tonyina A8 18 17          Paella valenciana 18 15 17 16 110          Gall dindi i formatge A9 A6 A7 A14 18 15 16 17          Fruita de temporada</p> <p>- Lluç al forn amb creïlles i espàrrecs. Fruita</p>	<p><b>21</b> 728 59 38 35</p> <p>Xupito de gaspatxo andalús A1          Amanida de fesols blancs 110 16          Aletes de pollastre al forn 17 18 15          Fruita de temporada</p> <p>- Crema de verdura i truita francesa. Fruita</p>	<p><b>22</b> 624 70 35 22</p> <p>Encisam, dacsa i olives          Macarrons ecològics amb bolonyesa vegetal A1 A14 16          Bacallà a la provençal A8 18 17          Fruita de temporada</p> <p>-Sopa de bròcoli, entremesos i fruita</p>
<p><b>25</b> 609 60 37 25</p> <p>Encisam, carlota i dacsa          Llentilles ecològiques amb verdures A1 16 19          Lluç amb salsa de ceba A8 18 17          Fruita de temporada</p> <p>- Vedella saltada amb carabasseta a la planxa i tosta d'oli. Fruita</p>	<p><b>26</b> 624 77 30 21</p> <p>Encisam, tomaca i carlota          Arròs a la cubana amb ou dur A7 17          Wok de titot A14 18 15 17 16          Fruita de temporada</p> <p>- Lasanya de carabasseta i verdures al gust amb soja texturada. Fruita</p>	<p><b>27</b> 607 58 23 31</p> <p>Encisam, cogombre, olives          Guisat de creïlla amb verdures A3          Pollastre rostit al romaní amb xips de moniato 15 18 17          Fruita de temporada</p> <p>- Ous al plat amb tomaca i pèsols. Fruita</p>	<p><b>28</b> 700 54 39 36</p> <p>Encisam, poma i olives          Espaguetis a l'amatriciana (tomaca, bacon i formatge) A1 A7 A9 A14 18 15 16 17          Abadejo amb tomaca, all i ceba A8 17 18          Iogurt A9 17          Menestra ofegada amb ajitos. Fruita</p>	<p><b>29</b> 581 55 20 30</p> <p>Encisam, cogombre i tomaca          Crema de llegums i verdures A3 A1 19 16 110          Truita de carabasseta i creïlla A7 17          Fruita de temporada</p> <p>-Pizza de pernil dolç i formatge casolana. Fruita</p>

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

18 - Ovolactovegetariano 110 - Sin alubias 15 - Sin carne 12 - Sin cerdo 16 - Sin legumbres 19 - Sin lentejas 17 - Vegano

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



<p><b>11</b> </p> <p>Galletitas saladas <b>A1 A7 A9 A12 A14 16</b>                  Coditos a la napolitana <b>A1 A7 A9 17</b>                  Boquerones rebozados <b>A1 A4 A7 A8 A9 A11 17 18</b>                  Fruta de temporada</p> <p>- Muslitos de pollo al horno con manzana asada y verduras. Fruta</p>	<p><b>12</b> </p> <p>Lechuga, pepino y tomate                  Crema ECO de calabacín y zanahoria                  Contramuslo de pollo al ajillo con cous cous <b>A1 A7 18 15 17</b>                  Fruta de temporada</p> <p>- Hamburguesa vegetal con aguacate. Fruta</p>	<p><b>13</b> </p> <p>Lechuga, maíz y aceitunas                  Lentejas a la jardinera <b>A1 19 16</b>                  Tortilla de patatas con dados de berenjena <b>A7 17</b>                  Postre casero de chocolate <b>A9 A1 A7 A5 A13 16 17</b></p> <p>- Bacalao con pimientos, calabacín y tomate. Fruta</p>	<p><b>14</b> </p> <p>Lechuga, tomate y maíz                  Sopa de fideos con garbanzos <b>A1 A7 A3 16 17 15 18</b>                  Merluza con salsa de tomate <b>A8 18 17</b>                  Fruta de temporada</p> <p>- Tortilla francesa y brócoli hervido. Fruta</p>	<p><b>15</b> </p> <p>Pepino troceado aliñado                  Arroz a banda <b>A3 A4 A11 A8 18 17</b>                  Tosta de queso <b>A1 A9 17</b>                  Fruta de temporada</p> <p>Berenjena, tomate y queso al horno</p>
<p><b>18</b> </p> <p>Lechuga, pepino y aceitunas                  Hervido valenciano <b>A3 16</b>                  Albóndigas de bacalao con ensalada <b>A3 A9 A14</b>                  Fruta de temporada</p> <p>- Salmón a la plancha con salteado de verduras. Fruta</p>	<p><b>19</b> </p> <p>Lechuga, tomate y maíz                  Potaje de garbanzos con verduras <b>16</b>                  Tortilla francesa con "pan tumaca integral" <b>A7 A1 17</b>                  Fruta de temporada</p> <p>- Ensalada de quinoa. Fruta</p>	<p><b>20</b> </p> <p>Ensalada completa con atún <b>A8 18 17</b>                  Paella valenciana <b>18 15 17 16 110</b>                  Pavo y queso <b>A9 A6 A7 A14 18 15 16 17</b>                  Fruta de temporada</p> <p>- Merluza al horno con patatas y espárragos. Fruta</p>	<p><b>21</b> </p> <p>Chupito de gazpacho andaluz <b>A1</b>                  Ensalada de alubias blancas (lechuga, tomate, pepino, maíz, aceitunas) <b>110 16</b>                  Alitas de pollo al horno <b>17 18 15</b>                  Fruta de temporada</p> <p>- Crema de verdura y tortilla francesa. Fruta</p>	<p><b>22</b> </p> <p>Lechuga, maíz y aceitunas                  Macarrones ecológicos con boloñesa vegetal <b>A1 A14 16</b>                  Bacalao a la provenzal <b>A8 18 17</b>                  Fruta de temporada</p> <p>Sopa con huevo duro</p>
<p><b>25</b> </p> <p>Lechuga, zanahoria y maíz                  Lentejas ecológicas con verduras <b>A1 16 19</b>                  Merluza en salsa de cebolla <b>A8 18 17</b>                  Fruta de temporada</p> <p>- Ternera salteada con calabacín a la plancha y tosta de aceite. Fruta</p>	<p><b>26</b> </p> <p>Lechuga, tomate y zanahoria                  Arroz a la cubana con huevo duro <b>A7 17</b>                  Wok de pavo <b>A14 18 15 17 16</b>                  Fruta de temporada</p> <p>- Lasaña de calabacín y verduras al gusto con soja texturizada. Fruta</p>	<p><b>27</b> </p> <p>Lechuga, pepino y aceitunas                  Guisado de patata con verduras <b>A3</b>                  Pollo asado al romero con chips de boniato <b>15 18 17</b>                  Fruta de temporada</p> <p>- Huevos al plato con tomate y guisantes. Fruta</p>	<p><b>28</b> </p> <p>Lechuga, manzana y aceitunas                  Espaguetis con atún y tomate <b>A1 A7 A9 A14</b>                  Abadejo con salsa de tomate, ajo y cebolla <b>A8 17 18</b>                  Yogur <b>A9 17</b></p> <p>- Menestra rehogada con ajitos. Fruta</p>	<p><b>29</b> </p> <p>Lechuga, pepino y tomate                  Crema de verduras y legumbres <b>A3 A1 19 16 110</b>                  Tortilla de calabacín y patata <b>A7 17</b>                  Fruta de temporada</p> <p>Pizza de atún y queso</p>

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



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



<p><b>11</b> <span>806</span> <span>84</span> <span>30</span> <span>38</span></p> <p>Galetes salades <span>A1 A7 A9 A12 A14 16</span>          Codits a la napolitana <span>A1 A7 A9 17</span>          Seitons arrebossats <span>A1 A4 A7 A8 A9 A11 17 18</span>          Fruita de temporada</p> <p>-Cuixetes de pollastre al forn amb poma rostida i verdures. Fruita</p>	<p><b>12</b> <span>614</span> <span>62</span> <span>35</span> <span>24</span></p> <p>Encisam, cogombre i tomaca          Crema ECO de carabasseta i carlota          Contracuixa de pollastre a l'all amb cous cous <span>A1 A7 18 15 17</span>          Fruita de temporada</p> <p>Hamburguesa vegetal con aguacate. Fruita</p>	<p><b>13</b> <span>783</span> <span>81</span> <span>34</span> <span>35</span></p> <p>Encisam, dacsa i olives          Llentilles a la jardineria <span>A1 19 16</span>          Truita de creïlles amb daus d'albergínia <span>A7 17</span>          Postres casolanes de xocolata <span>A9 A1 A7 A5 A13 16 17</span></p> <p>- Bacallà amb pebrots, carbassó i tomàquet. Fruita</p>	<p><b>14</b> <span>652</span> <span>47</span> <span>43</span> <span>32</span></p> <p>Encisam, tomaca i dacsa          Sopa de fideus amb cigrons <span>A1 A7 A3 16 17 15 18</span>          Lluç amb salsa de tomaca <span>A8 18 17</span>          Fruita de temporada</p> <p>Truita francesa i bròcoli bullit. Fruita</p>	<p><b>15</b> <span>695</span> <span>100</span> <span>21</span> <span>25</span></p> <p>Cogombre trossejat amanit          Arròs a banda <span>A3 A4 A11 A8 18 17</span>          Tosta de formatge <span>A1 A9 17</span>          Fruita de temporada</p> <p>Albergínia, tomata i formatge al forn</p>
<p><b>18</b> <span>641</span> <span>45</span> <span>18</span> <span>43</span></p> <p>Encisam, cogombre, olives          Bullit valencià <span>A3 16</span>          Mandonguilles d'abadejo amb amanida <span>A3 A9 A14</span>          Fruita de temporada</p> <p>- Salmó a la planxa amb saltat de verdures. Fruita</p>	<p><b>19</b> <span>656</span> <span>72</span> <span>25</span> <span>29</span></p> <p>Encisam, tomaca i dacsa          Potatge de cigrons amb verdures <span>16</span>          Truita francesa amb "pa tumaca integral" <span>A7 A1 17</span>          Fruita de temporada</p> <p>- Amanida de quinoa. Fruita</p>	<p><b>20</b> <span>809</span> <span>81</span> <span>41</span> <span>34</span></p> <p>Amanida completa amb tonyina <span>A8 18 17</span>          Paella valenciana <span>18 15 17 16 110</span>          Gall dindi i formatge <span>A9 A6 A7 A14 18 15 16 17</span>          Fruita de temporada</p> <p>- Lluç al forn amb creïlles i espàrrecs. Fruita</p>	<p><b>21</b> <span>728</span> <span>59</span> <span>38</span> <span>35</span></p> <p>Xupito de gaspatxo andalús <span>A1</span>          Amanida de fesols blancs <span>110 16</span>          Aletes de pollastre al forn <span>17 18 15</span>          Fruita de temporada</p> <p>- Crema de verdura i truita francesa. Fruita</p>	<p><b>22</b> <span>624</span> <span>70</span> <span>35</span> <span>22</span></p> <p>Encisam, dacsa i olives          Macarrons ecològics amb bolonyesa vegetal <span>A1 A14 16</span>          Bacallà a la provençal <span>A8 18 17</span>          Fruita de temporada</p> <p>Sopa amb ou dur</p>
<p><b>25</b> <span>609</span> <span>60</span> <span>37</span> <span>25</span></p> <p>Encisam, carlota i dacsa          Llentilles ecològiques amb verdures <span>A1 16 19</span>          Lluç amb salsa de ceba <span>A8 18 17</span>          Fruita de temporada</p> <p>- Vedella saltada amb carabasseta a la planxa i tosta d'oli. Fruita</p>	<p><b>26</b> <span>624</span> <span>77</span> <span>30</span> <span>21</span></p> <p>Encisam, tomaca i carlota          Arròs a la cubana amb ou dur <span>A7 17</span>          Wok de titot <span>A14 18 15 17 16</span>          Fruita de temporada</p> <p>- Lasanya de carabasseta i verdures al gust amb soja texturada. Fruita</p>	<p><b>27</b> <span>607</span> <span>58</span> <span>23</span> <span>31</span></p> <p>Encisam, cogombre, olives          Guisat de creïlla amb verdures <span>A3</span>          Pollastre rostit al romaní amb xips de moniato <span>15 18 17</span>          Fruita de temporada</p> <p>- Ous al plat amb tomaca i pèsols. Fruita</p>	<p><b>28</b> <span>700</span> <span>54</span> <span>39</span> <span>36</span></p> <p>Encisam, poma i olives          Espaguetis amb tonyina i tomaca <span>A1 A7 A9 A14</span>          Abadejo amb tomaca, all i ceba <span>A8 17 18</span>          Iogurt <span>A9 17</span></p> <p>Menestra ofegada amb ajitos. Fruita</p>	<p><b>29</b> <span>581</span> <span>55</span> <span>20</span> <span>30</span></p> <p>Encisam, cogombre i tomaca          Crema de llegums i verdures <span>A3 A1 19 16 110</span>          Truita de carabasseta i creïlla <span>A7 17</span>          Fruita de temporada</p> <p>Pizza de tonyina i formatge</p>

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

18 - Ovolutovegetariano 110 - Sin alubias 15 - Sin carne 12 - Sin cerdo 16 - Sin legumbres 19 - Sin lentejas 17 - Vegano



<p><b>11</b> <span>🌿 806 🍴 84 🥗 30 🍷 38</span></p> <p>Galletitas saladas <span>A1 A7 A9 A12 A14 16</span>                  Coditos a la napolitana <span>A1 A7 A9 17</span>                  Boquerones rebozados <span>A1 A4 A7 A8 A9 A11 17 18</span>                  Fruta de temporada</p> <p><b>Filete de abadejo gratinado con crema de manzana</b></p>	<p><b>12</b> <span>🌿 614 🍴 62 🥗 35 🍷 24</span></p> <p>Lechuga, pepino y tomate                  Crema ECO de calabacín y zanahoria  <b>Verduras salteadas con garbanzos y cous cous</b> <span>A1 A7</span>                  Fruta de temporada</p> <p><b>- Hamburguesa vegetal con aguacate. Fruta</b></p>	<p><b>13</b> <span>🌿 783 🍴 81 🥗 34 🍷 35</span></p> <p>Lechuga, maíz y aceitunas                  Lentejas a la jardinera <span>A1 19 16</span>                  Tortilla de patatas con dados de berenjena <span>A7 17</span>                  Postre casero de chocolate <span>A9 A1 A7 A5 A13 16 17</span></p> <p><b>- Bacalao con pimientos, calabacín y tomate. Fruta</b></p>	<p><b>14</b> <span>🌿 652 🍴 47 🥗 43 🍷 32</span></p> <p>Lechuga, tomate y maíz  <b>Sopa de verduras con legumbres</b> <span>A1 A7 A3</span>                  Merluza con salsa de tomate <span>A8 18 17</span>                  Fruta de temporada</p> <p><b>- Tortilla francesa y brócoli hervido. Fruta</b></p>	<p><b>15</b> <span>🌿 695 🍴 100 🥗 21 🍷 25</span></p> <p>Pepino troceado aliñado                  Arroz a banda <span>A3 A4 A11 A8 18 17</span>                  Tosta de queso <span>A1 A9 17</span>                  Fruta de temporada</p> <p><b>Berenjena, tomate y queso al horno</b></p>
<p><b>18</b> <span>🌿 641 🍴 45 🥗 18 🍷 43</span></p> <p>Lechuga, pepino y aceitunas                  Hervido valenciano <span>A3 16</span>  <b>Albóndigas de bacalao con ensalada</b> <span>A3 A9 A14</span>                  Fruta de temporada</p> <p><b>- Salmón a la plancha con salteado de verduras. Fruta</b></p>	<p><b>19</b> <span>🌿 656 🍴 72 🥗 25 🍷 29</span></p> <p>Lechuga, tomate y maíz                  Potaje de garbanzos con verduras <span>16</span>                  Tortilla francesa con "pan tumaca integral" <span>A7 A1 17</span>                  Fruta de temporada</p> <p><b>- Ensalada de quinoa. Fruta</b></p>	<p><b>20</b> <span>🌿 809 🍴 81 🥗 41 🍷 34</span></p> <p>Ensalada completa con atún <span>A8 18 17</span>  <b>Paella de verduras</b>  <b>Tosta de tomate natural y queso</b> <span>A9 A6 A7 A14</span>                  Fruta de temporada</p> <p><b>- Merluza al horno con patatas y espárragos. Fruta</b></p>	<p><b>21</b> <span>🌿 728 🍴 59 🥗 38 🍷 35</span></p> <p>Chupito de gazpacho andaluz <span>A1</span>                  Ensalada de alubias blancas (lechuga, tomate, pepino, maíz, aceitunas) <span>110 16</span>  <b>Merluza al horno en salsa verde</b>                  Fruta de temporada</p> <p><b>- Crema de verdura y tortilla francesa. Fruta</b></p>	<p><b>22</b> <span>🌿 624 🍴 70 🥗 35 🍷 22</span></p> <p>Lechuga, maíz y aceitunas                  Macarrones ecológicos con boloñesa vegetal <span>A1 A14 16</span>                  Bacalao a la provenzal <span>A8 18 17</span>                  Fruta de temporada</p> <p><b>Sopa con huevo duro</b></p>
<p><b>25</b> <span>🌿 609 🍴 60 🥗 37 🍷 25</span></p> <p>Lechuga, zanahoria y maíz                  Lentejas ecológicas con verduras <span>A1 16 19</span>                  Merluza en salsa de cebolla <span>A8 18 17</span>                  Fruta de temporada</p> <p><b>Lenguado a la marinera</b></p>	<p><b>26</b> <span>🌿 624 🍴 77 🥗 30 🍷 21</span></p> <p>Lechuga, tomate y zanahoria                  Arroz a la cubana con huevo duro <span>A7 17</span>  <b>Wok vegetal</b> <span>A14</span>                  Fruta de temporada</p> <p><b>- Lasaña de calabacín y verduras al gusto con soja texturizada. Fruta</b></p>	<p><b>27</b> <span>🌿 607 🍴 58 🥗 23 🍷 31</span></p> <p>Lechuga, pepino y aceitunas                  Guisado de patata con verduras <span>A3</span>  <b>Tortilla francesa con bastones de boniato</b>                  Fruta de temporada</p> <p><b>- Huevos al plato con tomate y guisantes. Fruta</b></p>	<p><b>28</b> <span>🌿 700 🍴 54 🥗 39 🍷 36</span></p> <p>Lechuga, manzana y aceitunas  <b>Espaguetis con atún y tomate</b> <span>A1 A7 A9 A14</span>                  Abadejo con salsa de tomate, ajo y cebolla <span>A8 17 18</span>                  Yogur <span>A9 17</span></p> <p><b>- Menestra rehogada con ajitos. Fruta</b></p>	<p><b>29</b> <span>🌿 581 🍴 55 🥗 20 🍷 30</span></p> <p>Lechuga, pepino y tomate                  Crema de verduras y legumbres <span>A3 A1 19 16 110</span>                  Tortilla de calabacín y patata <span>A7 17</span>                  Fruta de temporada</p> <p><b>Pizza de atún y queso</b></p>

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

18 - Ovulactovegetariano 110 - Sin alubias 15 - Sin carne 12 - Sin cerdo 16 - Sin legumbres 19 - Sin lentejas 17 - Vegano



<p><b>11</b> 806 84 30 38</p> <p>Galetes salades A1 A7 A9 A12 A14 16          Codits a la napolitana A1 A7 A9 17          Seitons arrebossats A1 A4 A7 A8 A9 A11 17 18          Fruita de temporada</p> <p>Filet d'abadejo gratinat amb crema de poma</p>	<p><b>12</b> 614 62 35 24</p> <p>Encisam, cogombre i tomaca          Crema ECO de carabasseta i carlota  <b>Verdures saltejades amb cigrons i cuscús</b> A1 A7          Fruita de temporada</p> <p>Hamburguesa vegetal con aguacate. Fruita</p>	<p><b>13</b> 783 81 34 35</p> <p>Encisam, dacsa i olives          Llentilles a la jardinera A1 19 16          Truita de creïlles amb daus d'albergínia A7 17          Postres casolanes de xocolata A9 A1 A7 A5 A13 16 17</p> <p>- Bacallà amb pebrots, carbassó i tomàquet. Fruita</p>	<p><b>14</b> 652 47 43 32</p> <p>Encisam, tomaca i dacsa  <b>Sopa de verdures amb llegums</b> A1 A7 A3          Lluç amb salsa de tomaca A8 18 17          Fruita de temporada</p> <p>Truita francesa i bròcoli bullit. Fruita</p>	<p><b>15</b> 695 100 21 25</p> <p>Cogombre trossejat amanit          Arròs a banda A3 A4 A11 A8 18 17          Tosta de formatge A1 A9 17          Fruita de temporada</p> <p>Albergínia, tomata i formatge al forn</p>
<p><b>18</b> 641 45 18 43</p> <p>Encisam, cogombre, olives          Bullit valencià A3 16  <b>Mandonguilles d'abadejo amb amanida</b> A3 A9 A14          Fruita de temporada</p> <p>- Salmó a la planxa amb saltat de verdures. Fruita</p>	<p><b>19</b> 656 72 25 29</p> <p>Encisam, tomaca i dacsa          Potatge de cigrons amb verdures 16          Truita francesa amb "pa tumaca integral" A7 A1 17          Fruita de temporada</p> <p>- Amanida de quinoa. Fruita</p>	<p><b>20</b> 809 81 41 34</p> <p>Amanida completa amb tonyina A8 18 17  <b>Paella de verdures</b>  <b>Tosta de tomaca natural i formatge</b> A9 A6 A7 A14          Fruita de temporada</p> <p>- Lluç al forn amb creïlles i espàrrecs. Fruita</p>	<p><b>21</b> 728 59 38 35</p> <p>Xupito de gaspatxo andalús A1          Amanida de fesols blancs 110 16  <b>Lluç al forn en salsa verda</b>          Fruita de temporada</p> <p>- Crema de verdura i truita francesa. Fruita</p>	<p><b>22</b> 624 70 35 22</p> <p>Encisam, dacsa i olives          Macarrons ecològics amb bolonyesa vegetal A1 A14 16          Bacallà a la provençal A8 18 17          Fruita de temporada</p> <p>Sopa amb ou dur</p>
<p><b>25</b> 609 60 37 25</p> <p>Encisam, carlota i dacsa          Llentilles ecològiques amb verdures A1 16 19          Lluç amb salsa de ceba A8 18 17          Fruita de temporada</p> <p>Llenguado a la marinera</p>	<p><b>26</b> 624 77 30 21</p> <p>Encisam, tomaca i carlota          Arròs a la cubana amb ou dur A7 17  <b>Wok de vegetals</b> A14          Fruita de temporada</p> <p>- Lasanya de carabasseta i verdures al gust amb soja texturada. Fruita</p>	<p><b>27</b> 607 58 23 31</p> <p>Encisam, cogombre, olives          Guisat de creïlla amb verdures A3  <b>Truita francesa amb bastons de moniato</b>          Fruita de temporada</p> <p>- Ous al plat amb tomaca i pèsols. Fruita</p>	<p><b>28</b> 700 54 39 36</p> <p>Encisam, poma i olives  <b>Espaguets amb tonyina i tomaca</b> A1 A7 A9 A14          Abadejo amb tomaca, all i ceba A8 17 18          Iogurt A9 17</p> <p>Menestra ofegada amb ajítos. Fruita</p>	<p><b>29</b> 581 55 20 30</p> <p>Encisam, cogombre i tomaca          Crema de llegums i verdures A3 A1 19 16 110          Truita de carabasseta i creïlla A7 17          Fruita de temporada</p> <p>Pizza de tonyina i formatge</p>

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

I8 - Ovulactovegetariano I10 - Sin alubias I15 - Sin carne I2 - Sin cerdo I6 - Sin legumbres I9 - Sin lentejas I7 - Vegano



<p><b>11</b>  806  84  30  38</p> <p>Galletitas saladas A1 A7 A9 A12 A14 I6                  Coditos a la napolitana A1 A7 A9 I7                  Berenjena en tempura A1 A4 A7 A8 A9 A11                  Fruta de temporada</p> <p>- Revuelto de champiñones, calabacín y puerro con patatas al horno. Fruta</p>	<p><b>12</b>  614  62  35  24</p> <p>Lechuga, pepino y tomate                  Crema ECO de calabacín y zanahoria                  Verduras salteadas con garbanzos y cous cous A1 A7                  Fruta de temporada</p> <p>- Hamburguesa vegetal con aguacate. Fruta</p>	<p><b>13</b>  783  81  34  35</p> <p>Lechuga, maíz y aceitunas                  Lentejas a la jardinera A1 I9 I6                  Tortilla de patatas con dados de berenjena A7 I7                  Postre casero de chocolate A9 A1 A7 A5 A13 I6 I7</p> <p>Champiñones y calabacín rehogados con soja texturizada</p>	<p><b>14</b>  652  47  43  32</p> <p>Lechuga, tomate y maíz                  Sopa de verduras con legumbres A1 A7 A3                  Menestra de verduras rehogadas con soja texturizada A8                  Fruta de temporada</p> <p>- Tortilla francesa y brócoli hervido. Fruta</p>	<p><b>15</b>  695  100  21  25</p> <p>Pepino troceado aliñado                  Arroz de verduras A3 A4 A11 A8                  Tosta de queso A1 A9 I7                  Fruta de temporada</p> <p>Berenjena, tomate y queso al horno</p>
<p><b>18</b>  641  45  18  43</p> <p>Lechuga, pepino y aceitunas                  Hervido valenciano A3 I6                  Hamburguesa de verduras A3 A9 A14                  Fruta de temporada</p> <p>Tortilla con coliflor</p>	<p><b>19</b>  656  72  25  29</p> <p>Lechuga, tomate y maíz                  Potaje de garbanzos con verduras I6                  Tortilla francesa con "pan tumaca integral" A7 A1 I7                  Fruta de temporada</p> <p>- Ensalada de quinoa. Fruta</p>	<p><b>20</b>  809  81  41  34</p> <p>Ensalada completa con huevo (sin atún) A8                  Paella de verduras                  Tosta de tomate natural y queso A9 A6 A7 A14                  Fruta de temporada</p> <p>Crema de espárragos</p>	<p><b>21</b>  728  59  38  35</p> <p>Chupito de gazpacho andaluz A1                  Ensalada de alubias blancas (lechuga, tomate, pepino, maíz, aceitunas) I10 I6                  Revuelto de cebolla y calabacín                  Fruta de temporada</p> <p>- Crema de verdura y tortilla francesa. Fruta</p>	<p><b>22</b>  624  70  35  22</p> <p>Lechuga, maíz y aceitunas                  Macarrones ecológicos con boloñesa vegetal A1 A14 I6                  Brocheta de verduras con parmentier de patata A8                  Fruta de temporada</p> <p>Sopa con huevo duro</p>
<p><b>25</b>  609  60  37  25</p> <p>Lechuga, zanahoria y maíz                  Lentejas ecológicas con verduras A1 I6 I9                  Soja texturizada con tomate frito casero y cebolla pochada A8                  Fruta de temporada</p> <p>Revuelto de calabacín y patata</p>	<p><b>26</b>  624  77  30  21</p> <p>Lechuga, tomate y zanahoria                  Arroz a la cubana con huevo duro A7 I7                  Wok vegetal A14                  Fruta de temporada</p> <p>- Lasaña de calabacín y verduras al gusto con soja texturizada. Fruta</p>	<p><b>27</b>  607  58  23  31</p> <p>Lechuga, pepino y aceitunas                  Guisado de patata con verduras A3                  Garbanzos especiados con dados de boniato                  Fruta de temporada</p> <p>Guisantes salteados con tomate y cebolla</p>	<p><b>28</b>  700  54  39  36</p> <p>Lechuga, manzana y aceitunas                  Espaguetis a la napolitana A1 A7 A9 A14                  Revuelto de huevo con tomate A8                  Yogur A9 I7</p> <p>- Menestra rehogada con ajitos. Fruta</p>	<p><b>29</b>  581  55  20  30</p> <p>Lechuga, pepino y tomate                  Crema de verduras y legumbres A3 A1 I9 I6 I10                  Tortilla de calabacín y patata A7 I7                  Fruta de temporada</p> <p>Pizza casera capresse</p>

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

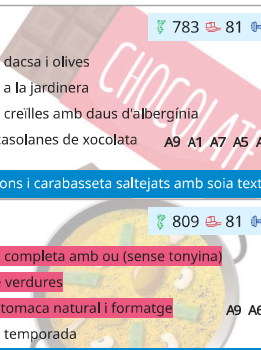
A1 - Gluten A2 - Altramuz A3 - Dioxido de azufre y sulfitos A4 - Molusco A5 - Cacahuete A6 - Apio A7 - Huevos A8 - Pescado A9 - Lacteo A10 - Mostaza A11 - Crustaceo A12 - Sesamo A13 - Frutos de cascara A14 - Soja

Kilocalorías Proteínas Hidratos Grasas

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



<p><b>11</b> <span>🌿 806 🍷 84 🥄 30 🍷 38</span></p> <p>Galetes salades <span>A1 A7 A9 A12 A14 16</span>          Codits a la napolitana <span>A1 A7 A9 17</span>  <b>Abergínia en tempura</b> <span>A1 A4 A7 A8 A9 A11</span>          Fruita de temporada</p>	<p><b>12</b> <span>🌿 614 🍷 62 🥄 35 🍷 24</span></p> <p>Encisam, cogombre i tomaca          Crema ECO de carabasseta i carlota  <b>Verdures saltejades amb cigrons i cuscús</b> <span>A1 A7</span>          Fruita de temporada</p>	<p><b>13</b> <span>🌿 783 🍷 81 🥄 34 🍷 35</span></p> <p>Encisam, dacsa i olives          Llentilles a la jardineria <span>A1 19 16</span>          Truita de creïlles amb daus d'abergínia <span>A7 17</span>          Postres casolanes de xocolata <span>A9 A1 A7 A5 A13 16 17</span></p>	<p><b>14</b> <span>🌿 652 🍷 47 🥄 43 🍷 32</span></p> <p>Encisam, tomaca i dacsa  <b>Sopa de verdures amb llegums</b> <span>A1 A7 A3</span>  <b>Menestra de verdures ofegades amb soja texturitzada</b> <span>A8</span>          Fruita de temporada</p>	<p><b>15</b> <span>🌿 695 🍷 100 🥄 21 🍷 25</span></p> <p>Cogombre trossejat amanit  <b>Arròs de verdures</b> <span>A3 A4 A11 A8</span>          Tosta de formatge <span>A1 A9 17</span>          Fruita de temporada</p>	
<p>-Remenat de xampinyons, carabasseta i porro amb creïlles al forn. Fruita</p>		<p>Hamburguesa vegetal con aguacate. Fruita</p>		<p>Albergínia, tomata i formatge al forn</p>	
<p><b>18</b> <span>🌿 641 🍷 45 🥄 18 🍷 43</span></p> <p>Encisam, cogombre, olives          Bullit valencià <span>A3 16</span>  <b>Hamburguesa de verdures</b> <span>A3 A9 A14</span>          Fruita de temporada</p>	<p><b>19</b> <span>🌿 656 🍷 72 🥄 25 🍷 29</span></p> <p>Encisam, tomaca i dacsa          Potatge de cigrons amb verdures <span>16</span>          Truita francesa amb "pa tumaca integral" <span>A7 A1 17</span>          Fruita de temporada</p>	<p><b>20</b> <span>🌿 809 🍷 81 🥄 41 🍷 34</span></p> <p><b>Amanida completa amb ou (sense tonyina)</b> <span>A8</span>  <b>Paella de verdures</b>  <b>Tosta de tomaca natural i formatge</b> <span>A9 A6 A7 A14</span>          Fruita de temporada</p>	<p><b>21</b> <span>🌿 728 🍷 59 🥄 38 🍷 35</span></p> <p>Xupito de gaspatxo andalús <span>A1</span>          Amanida de fesols blancs <span>I10 16</span>  <b>Remenat de ceba i carbassó</b>          Fruita de temporada</p>	<p><b>22</b> <span>🌿 624 🍷 70 🥄 35 🍷 22</span></p> <p>Encisam, dacsa i olives          Macarrons ecològics amb bolonyesa vegetal <span>A1 A14 16</span>  <b>Broqueta de verdures amb parmentier de creïlla</b> <span>A8</span>          Fruita de temporada</p>	
<p>Truita amb floricol</p>		<p>- Amanida de quinoa. Fruita</p>		<p>Sopa amb ou dur</p>	
<p><b>25</b> <span>🌿 609 🍷 60 🥄 37 🍷 25</span></p> <p>Encisam, carlota i dacsa          Llentilles ecològiques amb verdures <span>A1 16 19</span>  <b>Soja texturitzada amb tomaca fregida i cebeta</b> <span>A8</span>          Fruita de temporada</p>	<p><b>26</b> <span>🌿 624 🍷 77 🥄 30 🍷 21</span></p> <p>Encisam, tomaca i carlota          Arròs a la cubana amb ou dur <span>A7 17</span>  <b>Wok de vegetals</b> <span>A14</span>          Fruita de temporada</p>	<p><b>27</b> <span>🌿 607 🍷 58 🥄 23 🍷 31</span></p> <p>Encisam, cogombre, olives          Guisat de creïlla amb verdures <span>A3</span>  <b>Cigrons especiats amb daus de moniato</b>          Fruita de temporada</p>	<p><b>28</b> <span>🌿 700 🍷 54 🥄 39 🍷 36</span></p> <p>Encisam, poma i olives  <b>Espaguetis a la napolitana</b> <span>A1 A7 A9 A14</span>  <b>Remenat d'ou amb tomaca</b> <span>A8</span>          Iogurt <span>A9 17</span></p>	<p><b>29</b> <span>🌿 581 🍷 55 🥄 20 🍷 30</span></p> <p>Encisam, cogombre i tomaca          Crema de llegums i verdures <span>A3 A1 19 16 110</span>          Truita de carabasseta i creïlla <span>A7 17</span>          Fruita de temporada</p>	
<p>Remenat de carbassó i creïlla</p>		<p>- Lasanya de carabasseta i verdures al gust amb soja texturada. Fruita</p>		<p>Pizza casera capresse</p>	



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

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