



<p>08 700 89 24 26</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Macarrones ecológicos con boloñesa vegetal A1 A14 A12 A13 I6</p> <p>San Jacobos A1 A9 A14 I6 I2 I8 I7 I5</p> <p>Fruta</p> <p>- Hervido valenciano. Salmón al papillote. Fruta.</p>	<p>09 630 64 41 22</p> <p>Ensalada de temporada con naranja I7</p> <p>Lentejas de la abuela A1 A3 I8 I2 I5 I7 I6 I9</p> <p>Merluza gratinada con all i oli A7 A8</p> <p>Fruta</p> <p>- Tortilla de alcachofas con pan tumaca. Fruta</p>	<p>10 791 72 30 43</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Crema de champiñones A9 I7</p> <p>Albóndigas en salsa con cous cous A14 A1 A3 A7 A10 A13 I2 I6 I7 I8 I5</p> <p>Yogur A9 I7</p> <p>- Dorada a la plancha con pimientos. Fruta</p>	<p>11 667 66 24 33</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Garbanzos con espinacas A3 I6</p> <p>Tortilla francesa con pisto A7 I7</p> <p>Fruta</p> <p>- Pollo con manzana asada y verduras. Fruta</p>	<p>12 838 68 54 37</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Sopa de fideos ecológicos A1 I8 I5 I2 I7</p> <p>Cocido completo A3 A9 A14 I8 I7 I5 I2 I6</p> <p>Fruta</p> <p>- Huevos al plato con tomate y guisantes. Fruta</p>
<p>15 715 71 24 36</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Espaguetis integrales con salsa de calabaza gratinados A9 A1 A7 A10 A14 I7 I6</p> <p>Tortilla de calabacín y patata A7 I7</p> <p>Fruta</p> <p>- Alas de pollo con bastones de boniato. Fruta</p>	<p>16 640 66 37 22</p> <p>Ensalada de temporada con naranja I7</p> <p>Alubias pintas con verduras I10 I6</p> <p>Wok de pavo con salsa de soja A14 A1 I6 I5 I8 I7</p> <p>Fruta</p> <p>- Rape al horno con patatas a lo pobre (ajo y perejil)</p>	<p>17 623 89 26 19</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Fideuà A4 A3 A11 A1 A7 A8 I8 I7</p> <p>Tosta integral de tomate y atún A1 A8 I8 I7</p> <p>Fruta</p> <p>- Tortilla de coliflor con ensalada de tomate y queso. Fruta</p>	<p>18 601 42 35 32</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Patatas a la riojana A9 A3 I7 I8 I5 I2</p> <p>Merluza 'al ajillo' con guisantes A8 I7 I6 I8</p> <p>Yogur A9 I7</p> <p>- Gazpacho andaluz con picatostes y pavo a la plancha . Fruta</p>	<p>19 654 67 25 31</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Crema de garbanzos con puerro y boniato A3 I6</p> <p>Hamburguesa 100% pollo con palomitas de maíz (Inf. patatas) A5 A13 I7 I5 I8</p> <p>Fruta</p> <p>- Huevos rotos con salmón ahumado y champiñones. Fruta</p>
<p>22 693 77 38 24</p> <p>Ensalada de temporada con naranja I7</p> <p>Arròs amb fesols i naps I10 I6 I8 I7 I5 I2</p> <p>Boquerones enharinados caseros A1 A3 A8 A11 I8 I7</p> <p>Fruta</p> <p>- Crema de calabacín y panini de jamón con queso. Fruta</p>	<p>23 683 65 29 33</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Espirales con tomate, brócoli y queso A1 A7 A9 I7</p> <p>Revuelto de bacon A9 A14 A7 I8 I6 I2 I5 I7</p> <p>Fruta</p> <p>- Bacalao con pimientos, calabacín y tomate. Fruta</p>	<p>24 629 53 44 26</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Sopa de fideos A1 A7 I8 I5 I7 I2</p> <p>Pollo asado con patatas caseras al pimentón dulce I8 I5 I7</p> <p>Yogur A9 I7</p> <p>- Lasaña de calabacín y verduras con soja text. Fruta</p>	<p>25 655 76 27 26</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Potaje de garbanzos con verduras I6</p> <p>Pizza de jamón york y queso A1 A9 A14 I8 I5 I7 I6 I2</p> <p>Fruta</p> <p>- Tostada de huevo con aguacate. Fruta</p>	<p>26 692 79 26 28</p> <p>Ensalada variada</p> <p>Paella valenciana I8 I5 I7 I6 I10</p> <p>Huevo relleno (yema y tomate frito) A7 I7</p> <p>Fruta</p> <p>- Menestra rehogada con ajitos y lomo. Fruta</p>
<p>29 616 64 19 31</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Purè de verduras</p> <p>Tortilla de patatas con queso A7 A9 I7</p> <p>Fruta</p> <p>- Bacalao con pimientos, calabacín y tomate. Fruta</p>	<p>30 796 102 24 32</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Lasaña casera boloñesa A1 A9 A3 A14 A7 I8 I7 I5 I2 I6</p> <p>Hummus de garbanzos casero con picos A3 A1 A12 A14 I6</p> <p>Fruta</p> <p>- Hervido de alcachofas y lubina al horno. Fruta</p>	<p>31 630 61 35 24</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Olleta alicantina A1 A3 I9 I6 I10</p> <p>Gallo San Pedro al limón con judías verdes A8 I7 I8 I10 I6</p> <p>Fruta</p> <p>- Berenjena rellena. Fruta</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 I8 - Ovolactovegetariano I10 - Sin alubias I5 - Sin carne I2 - Sin cerdo I6 - Sin legumbres I9 - Sin lentejas I7 - Vegano

<p>08 700 89 24 26</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Macarrons ecològics amb bolonyesa vegetal A1 A14 A12 A13 I6</p> <p>"San Jacobos" A1 A9 A14 I6 I2 I8 I7 I5</p> <p>Fruita</p> <p>- Bullit valencià. Salmó al papillote. Fruita.</p>	<p>09 630 64 41 22</p> <p>Amanida de temporada amb taronja I7</p> <p>Llenties de l'àvia A1 A3 I8 I2 I5 I7 I6 I9</p> <p>Lluç gratinat amb all i oli A7 A8</p> <p>Fruita</p> <p>- Tritada de carxofes amb pa tumaca. Fruita</p>	<p>10 791 72 30 43</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Crema de xampinyons A9 I7</p> <p>Mandonguilles en salsa amb cous cous A14 A1 A3 A7 A10 A13 I2 I6 I7 I8 I5</p> <p>Iogurt A9 I7</p> <p>Daurada a la planxa amb pimentons. Fruita</p>	<p>11 667 66 24 33</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Cigrons amb espinacs A3 I6</p> <p>Trita francesa amb samfaina A7 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Pollastre amb poma i verdures. Fruita</p>	<p>12 838 68 54 37</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Sopa de fideus ECO A1 I8 I5 I2 I7</p> <p>Olla completa A3 A9 A14 I8 I7 I5 I2 I6</p> <p>Fruita</p> <p>- Ous al plat amb tomaca i pèsols. Fruita</p>
<p>15 715 71 24 36</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Espaguetis integrals amb salsa de carbassa gratinats A9 A1 A7 A10 A14 I7 I6</p> <p>Trita de carabasseta i creïlla A7 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Ales de pollastre amb bastons de moniato. Fruita</p>	<p>16 640 66 37 22</p> <p>Amanida de temporada amb taronja I7</p> <p>Fesols pintes amb verdures I10 I6</p> <p>Wok de titot amb salsa de soja A14 A1 I6 I5 I8 I7</p> <p>Fruita</p> <p>Rap amb creïlles "a lo pobre" (all i julivert)</p>	<p>17 623 89 26 19</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Fideuà A4 A3 A11 A1 A7 A8 I8 I7</p> <p>Tosta integral de tomaca i tonyina A1 A8 I8 I7</p> <p>Fruita</p> <p>-Tortilla de coliflor amb amanida de tomata i formatge. Fruita</p>	<p>18 601 42 35 32</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Creïlles a la riojana A9 A3 I7 I8 I5 I2</p> <p>Lluç al forn amb pèsols A8 I7 I6 I8</p> <p>Iogurt A9 I7</p> <p>- Gaspatxo andalús amb crostons i polit a la planxa . Fruita</p>	<p>19 654 67 25 31</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Crema de cigrons amb porro i boniato A3 I6</p> <p>Hamburguesa 100% pollastre amb mongetes (Inf. creïlles) A5 A13 I7 I5 I8</p> <p>Fruita</p> <p>- Ous trencats amb salmó fumat i champinyons. Fruita</p>
<p>22 693 77 38 24</p> <p>Amanida de temporada amb taronja I7</p> <p>Arròs amb fesols i naps I10 I6 I8 I7 I5 I2</p> <p>Aladroc enfarinats casolans A1 A3 A8 A11 I8 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Crema de carabasseta i panini de pernil amb formatge. Fruita</p>	<p>23 683 65 29 33</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Espirals amb tomaca, bròcoli i formatge A1 A7 A9 I7</p> <p>Regirat de bacon A9 A14 A7 I8 I6 I2 I5 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Bacallà amb pebrots, carbassó i tomàquet. Fruita</p>	<p>24 629 53 44 26</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Sopa de fideus A1 A7 I8 I5 I7 I2</p> <p>Pollastre rostit amb creïlles casolanes al pebre roig dolç I8 I5 I7</p> <p>Iogurt A9 I7</p> <p>- Lasanya de carabasseta i verdures al gust amb soja texturada. Fruita</p>	<p>25 655 76 27 26</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Potatge de cigrons amb verdures I6</p> <p>Pizza de york i formatge A1 A9 A14 I8 I5 I7 I6 I2</p> <p>Fruita</p> <p>Torrada d'ou amb alvocat. Fruita</p>	<p>26 692 79 26 28</p> <p>Amanida variada</p> <p>Paella valenciana I8 I5 I7 I6 I10</p> <p>Ou farcit (rovells i tomata fregida) A7 I7</p> <p>Fruita</p> <p>Menestra ofegada amb ajitos i llomello. Fruita</p>
<p>29 616 64 19 31</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Purè de verdures</p> <p>Trita de creïlla amb formatge A7 A9 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Bacallà amb pebrots, carbassó i tomàquet. Fruita</p>	<p>30 796 102 24 32</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Lasanya cassolana bolonyesa A1 A9 A3 A14 A7 I8 I7 I5 I2 I6</p> <p>Hummus de cigrons casolà amb pics A3 A1 A12 A14 I6</p> <p>Fruita</p> <p>-Bullit de carxofes i llobarro al forn. Fruita</p>	<p>31 630 61 35 24</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Olleta alicantina A1 A3 I9 I6 I10</p> <p>Gallo San Pedro al llimó amb bajoqueta A8 I7 I8 I10 I6</p> <p>Fruita</p> <p>- Albergínia farcida. Fruita</p>		

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

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

<p>08 700 89 24 26</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Macarrones ecológicos con boloñesa vegetal A1 A14 A12 A13 I6</p> <p>Lágrimas de pollo caseras (maicena) A1 A9 A14</p> <p>Fruta</p> <p>- Hervido valenciano. Salmón al papillote. Fruta.</p>	<p>09 630 64 41 22</p> <p>Ensalada de temporada con naranja I7</p> <p>Lentejas con verduras A1 A3</p> <p>Merluza gratinada con all i oli A7 A8</p> <p>Fruta</p> <p>- Tortilla de alcachofas con pan tumaca. Fruta</p>	<p>10 791 72 30 43</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Crema de champiñones A9 I7</p> <p>Pollo en salsa con cous cous A14 A1 A3 A7 A10 A13</p> <p>Yogur A9 I7</p> <p>- Dorada a la plancha con pimientos. Fruta</p>	<p>11 667 66 24 33</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Garbanzos con espinacas A3 I6</p> <p>Tortilla francesa con pisto A7 I7</p> <p>Fruta</p> <p>- Pollo con manzana asada y verduras. Fruta</p>	<p>12 838 68 54 37</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Sopa de verduras con fideos A1</p> <p>Patata cocida, verduras de cocido y pollo A3 A9 A14</p> <p>Fruta</p> <p>- Huevos al plato con tomate y guisantes. Fruta</p>
<p>15 715 71 24 36</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Espaguetis integrales con salsa de calabaza gratinados A9 A1 A7 A10 A14 I7 I6</p> <p>Tortilla de calabacín y patata A7 I7</p> <p>Fruta</p> <p>- Alas de pollo con bastones de boniato. Fruta</p>	<p>16 640 66 37 22</p> <p>Ensalada de temporada con naranja I7</p> <p>Alubias pintas con verduras I10 I6</p> <p>Wok de pavo con salsa de soja A14 A1 I6 I5 I8 I7</p> <p>Fruta</p> <p>- Rape al horno con patatas a lo pobre (ajo y perejil)</p>	<p>17 623 89 26 19</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Fideuà A4 A3 A11 A1 A7 A8 I8 I7</p> <p>Tosta integral de tomate y atún A1 A8 I8 I7</p> <p>Fruta</p> <p>- Tortilla de coliflor con ensalada de tomate y queso. Fruta</p>	<p>18 601 42 35 32</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Patatas a la riojana (vegetales) A9 A3</p> <p>Merluza 'al ajillo' con guisantes A8 I7 I6 I8</p> <p>Yogur A9 I7</p> <p>- Gazpacho andaluz con picatostes y pavo a la plancha . Fruta</p>	<p>19 654 67 25 31</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Crema de garbanzos con puerro y boniato A3 I6</p> <p>Hamburguesa 100% pollo con palomitas de maíz (Inf. patatas) A5 A13 I7 I5 I8</p> <p>Fruta</p> <p>- Huevos rotos con salmón ahumado y champiñones. Fruta</p>
<p>22 693 77 38 24</p> <p>Ensalada de temporada con naranja I7</p> <p>Arroz de pollo y verduras</p> <p>Boquerones enharinados caseros A1 A3 A8 A11 I8 I7</p> <p>Fruta</p> <p>- Crema de verdura y tortilla francesa. Fruta</p>	<p>23 683 65 29 33</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Espirales con tomate, brócoli y queso A1 A7 A9 I7</p> <p>Huevo revuelto con champiñón A9 A14 A7</p> <p>Fruta</p> <p>- Bacalao con pimientos, calabacín y tomate. Fruta</p>	<p>24 629 53 44 26</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Sopa de ave A1 A7</p> <p>Pollo asado con patatas caseras al pimentón dulce I8 I5 I7</p> <p>Yogur A9 I7</p> <p>- Lasaña de calabacín y verduras con soja text. Fruta</p>	<p>25 655 76 27 26</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Potaje de garbanzos con verduras I6</p> <p>Pizza de atún y queso A1 A9 A14</p> <p>Fruta</p> <p>- Tostada de huevo con aguacate. Fruta</p>	<p>26 692 79 26 28</p> <p>Ensalada variada</p> <p>Paella valenciana I8 I5 I7 I6 I10</p> <p>Huevo relleno (yema y tomate frito) A7 I7</p> <p>Fruta</p> <p>- Menestra de verdura salteada con gambitas</p>
<p>29 616 64 19 31</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Puré de verduras</p> <p>Tortilla de patatas con queso A7 A9 I7</p> <p>Fruta</p> <p>- Bacalao con pimientos, calabacín y tomate. Fruta</p>	<p>30 796 102 24 32</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Lasaña casera de pollo A1 A9 A3 A14 A7</p> <p>Hummus de garbanzos casero con picos A3 A1 A12 A14 I6</p> <p>Fruta</p> <p>- Hervido de alcachofas y lubina al horno. Fruta</p>	<p>31 630 61 35 24</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Olleta alicantina A1 A3 I9 I6 I10</p> <p>Gallo San Pedro al limón con judías verdes A8 I7 I8 I10 I6</p> <p>Fruta</p> <p>- Berenjena, tomate y queso al horno</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 cáscara A14 - Soja

Kilocalorías Proteínas Hidratos Grasas I8 - Ovulactovegetariano I10 - Sin alubias I5 - Sin carne I2 - Sin cerdo I6 - Sin legumbres I9 - Sin lentejas I7 - Vegano

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

<p>08 </p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Macarrons ecològics amb bolonyesa vegetal A1 A14 A12 A13 I6</p> <p>Llàgrimes de pollastre casolanes (maicena) A1 A9 A14</p> <p>Fruita</p> <p>- Bullit valencià. Salmó al papillote. Fruita.</p>	<p>09 </p> <p>Amanida de temporada amb taronja I7</p> <p>Llenties amb verdures A1 A3</p> <p>Lluç gratinat amb all i oli A7 A8</p> <p>Fruita</p> <p>- Truita de carxofes amb pa tumaca. Fruita</p>	<p>10 </p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Crema de xampinyons A9 I7</p> <p>A14 A1 A3 A7 A10 A13</p> <p>Iogurt A9 I7</p> <p>Daurada a la planxa amb pimentons. Fruita</p>	<p>11 </p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Cigrons amb espinacs A3 I6</p> <p>Truita francesa amb samfaina A7 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Pollastre amb poma i verdures. Fruita</p>	<p>12 </p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Sopa de verdures amb fideus A1</p> <p>Creïlla i verdures cuites amb pollastre A3 A9 A14</p> <p>Fruita</p> <p>- Ous al plat amb tomaca i pèsols. Fruita</p>
<p>15 </p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Espaguetis integrals amb salsa de carbassa gratinats A9 A1 A7 A10 A14 I7 I6</p> <p>Truita de carabasseta i creïlla A7 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Ales de pollastre amb bastons de moniato. Fruita</p>	<p>16 </p> <p>Amanida de temporada amb taronja I7</p> <p>Fesols pintes amb verdures I10 I6</p> <p>Wok de titot amb salsa de soja A14 A1 I6 I5 I8 I7</p> <p>Fruita</p> <p>Rap amb creïlles "a lo pobre" (all i julivert)</p>	<p>17 </p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Fideuà A4 A3 A11 A1 A7 A8 I8 I7</p> <p>Tosta integral de tomaca i tonyina A1 A8 I8 I7</p> <p>Fruita</p> <p>-Tortilla de coliflor amb amanida de tomata i formatge. Fruita</p>	<p>18 </p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Creïlles a la riojana (vegetals) A9 A3</p> <p>Lluç al forn amb pèsols A8 I7 I6 I8</p> <p>Iogurt A9 I7</p> <p>- Gaspatxo andalús amb crostons i polit a la planxa . Fruita</p>	<p>19 </p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Crema de cigrons amb porro i boniato A3 I6</p> <p>Hamburguesa 100% pollastre amb mongetes (Inf. creïlles) A5 A13 I7 I5 I8</p> <p>Fruita</p> <p>- Ous trencats amb salmó fumat i champinyons. Fruita</p>
<p>22 </p> <p>Amanida de temporada amb taronja I7</p> <p>Arròs de pollastre i verdures</p> <p>Aladroc enfarinats casolans A1 A3 A8 A11 I8 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Crema de verdura i truita francesa. Fruita</p>	<p>23 </p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Espirals amb tomaca, bròcoli i formatge A1 A7 A9 I7</p> <p>Ou remenat amb xampinyó A9 A14 A7</p> <p>Fruita</p> <p>- Bacallà amb pebrots, carbassó i tomàquet. Fruita</p>	<p>24 </p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Sopa d'au A1 A7</p> <p>Pollastre rostit amb creïlles casolanes al pebre roig dolç I8 I5 I7</p> <p>Iogurt A9 I7</p> <p>- Lasanya de carabasseta i verdures al gust amb soja texturada. Fruita</p>	<p>25 </p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Potatge de cigrons amb verdures I6</p> <p>Pizza de tonyina i formatge A1 A9 A14</p> <p>Fruita</p> <p>Torrada d'ou amb alvocat. Fruita</p>	<p>26 </p> <p>Amanida variada</p> <p>Paella valenciana I8 I5 I7 I6 I10</p> <p>Ou farcit (rovells i tomata fregida) A7 I7</p> <p>Fruita</p> <p>Minestra de verdura saltada amb gambetes</p>
<p>29 </p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Purè de verdures</p> <p>Truita de creïlla amb formatge A7 A9 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Bacallà amb pebrots, carbassó i tomàquet. Fruita</p>	<p>30 </p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Lasanya casolana de pollastre A1 A9 A3 A14 A7</p> <p>Hummus de cigrons casolà amb pics A3 A1 A12 A14 I6</p> <p>Fruita</p> <p>-Bullit de carxofes i llobarro al forn. Fruita</p>	<p>31 </p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Olleta alicantina A1 A3 I9 I6 I10</p> <p>Gallo San Pedro al llimó amb bajoqueta A8 I7 I8 I10 I6</p> <p>Fruita</p> <p>Albergínia, tomata i formatge al forn</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

<p>08 700 89 24 26</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Macarrones ecológicos con boloñesa vegetal A1 A14 A12 A13 I6</p> <p>Cuadrados de merluza rebozados A1 A9 A14</p> <p>Fruta</p> <p>- Hervido valenciano. Salmón al papillote. Fruta.</p>	<p>09 630 64 41 22</p> <p>Ensalada de temporada con naranja I7</p> <p>Lentejas con verduras A1 A3</p> <p>Merluza gratinada con all i oli A7 A8</p> <p>Fruta</p> <p>- Tortilla de alcachofas con pan tumaca. Fruta</p>	<p>10 791 72 30 43</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Crema de champiñones A9 I7</p> <p>Verduras salteadas con soja texturizada y arroz A14 A1 A3 A7 A10 A13</p> <p>Yogur A9 I7</p> <p>- Dorada a la plancha con pimientos. Fruta</p>	<p>11 667 66 24 33</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Garbanzos con espinacas A3 I6</p> <p>Tortilla francesa con pisto A7 I7</p> <p>Fruta</p> <p>Filete de abadejo gratinado con crema de manzana</p>	<p>12 838 68 54 37</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Sopa de verduras con fideos A1</p> <p>Garbanzos rehogados con verduras A3 A9 A14</p> <p>Fruta</p> <p>- Huevos al plato con tomate y guisantes. Fruta</p>
<p>15 715 71 24 36</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Espaguetis integrales con salsa de calabaza gratinados A9 A1 A7 A10 A14 I7 I6</p> <p>Tortilla de calabacín y patata A7 I7</p> <p>Fruta</p> <p>Tortilla francesa con bastones de boniato</p>	<p>16 640 66 37 22</p> <p>Ensalada de temporada con naranja I7</p> <p>Alubias pintas con verduras I10 I6</p> <p>Wok vegetal con taquitos de queso fresco A14 A1</p> <p>Fruta</p> <p>Rape al horno con patatas a lo pobre (ajo y perejil)</p>	<p>17 623 89 26 19</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Fideuà A4 A3 A11 A1 A7 A8 I8 I7</p> <p>Tosta integral de tomate y atún A1 A8 I8 I7</p> <p>Fruta</p> <p>- Tortilla de coliflor con ensalada de tomate y queso. Fruta</p>	<p>18 601 42 35 32</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Patatas a la riojana (vegetales) A9 A3</p> <p>Merluza 'al ajillo' con guisantes A8 I7 I6 I8</p> <p>Yogur A9 I7</p> <p>Gallo San Pedro con judías verdes</p>	<p>19 654 67 25 31</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Crema de garbanzos con puerro y boniato A3 I6</p> <p>Hamburguesa de coliflor y queso con palomitas de maíz (Inf. patatas) A5 A13</p> <p>Fruta</p> <p>- Huevos rotos con salmón ahumado y champiñones. Fruta</p>
<p>22 693 77 38 24</p> <p>Ensalada de temporada con naranja I7</p> <p>Arroz de verduras</p> <p>Boquerones enharinados caseros A1 A3 A8 A11 I8 I7</p> <p>Fruta</p> <p>- Crema de verdura y tortilla francesa. Fruta</p>	<p>23 683 65 29 33</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Espirales con tomate, brócoli y queso A1 A7 A9 I7</p> <p>Huevo revuelto con champiñón A9 A14 A7</p> <p>Fruta</p> <p>- Bacalao con pimientos, calabacín y tomate. Fruta</p>	<p>24 629 53 44 26</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Sopa de verduras con fideos A1 A7</p> <p>Tortilla de patatas</p> <p>Yogur A9 I7</p> <p>- Lasaña de calabacín y verduras con soja text. Fruta</p>	<p>25 655 76 27 28</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Potaje de garbanzos con verduras I6</p> <p>Pizza de atún y queso A1 A9 A14</p> <p>Fruta</p> <p>- Tostada de huevo con aguacate. Fruta</p>	<p>26 692 79 26 28</p> <p>Ensalada variada</p> <p>Paella de verduras</p> <p>Huevo relleno (yema y tomate frito) A7 I7</p> <p>Fruta</p> <p>Menestra de verdura salteada con gambitas</p>
<p>29 616 64 19 31</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Puré de verduras</p> <p>Tortilla de patatas con queso A7 A9 I7</p> <p>Fruta</p> <p>- Bacalao con pimientos, calabacín y tomate. Fruta</p>	<p>30 796 102 24 32</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Lasaña vegetal A1 A9 A3 A14 A7</p> <p>Hummus de garbanzos casero con picos A3 A1 A12 A14 I6</p> <p>Fruta</p> <p>- Hervido de alcachofas y lubina al horno. Fruta</p>	<p>31 630 61 35 24</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Olleta alicantina A1 A3 I9 I6 I10</p> <p>Gallo San Pedro al limón con judías verdes A8 I7 I8 I10 I6</p> <p>Fruta</p> <p>Berenjena, tomate y queso al horno</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 cáscara 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>08 700 89 24 26</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Macarrons ecològics amb bolonyesa vegetal A1 A14 A12 A13 I6</p> <p>Quadratets de lluç arrebossats A1 A9 A14</p> <p>Fruita</p> <p>- Bullit valencià. Salmó al papillote. Fruita.</p>	<p>09 630 64 41 22</p> <p>Amanida de temporada amb taronja I7</p> <p>Llenties amb verdures A1 A3</p> <p>Lluç gratinat amb all i oli A7 A8</p> <p>Fruita</p> <p>- Trita de carxofes amb pa tumaca. Fruita</p>	<p>10 791 72 30 43</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Crema de xampinyons A9 I7</p> <p>Verdures saltejades amb soja texturitzada i arròs A14 A1 A3 A7 A10 A13</p> <p>Iogurt A9 I7</p> <p>Daurada a la planxa amb pimentons. Fruita</p>	<p>11 667 66 24 33</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Cigrons amb espinacs A3 I6</p> <p>Trita francesa amb samfaina A7 I7</p> <p>Fruita</p> <p>Filet d'abadejo gratinat amb crema de poma</p>	<p>12 838 68 54 37</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Sopa de verdures amb fideus A1</p> <p>Cigrons ofegats amb verdures A3 A9 A14</p> <p>Fruita</p> <p>- Ous al plat amb tomaca i pèsols. Fruita</p>
<p>15 715 71 24 36</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Espaguetis integrals amb salsa de carbassa gratinats A9 A1 A7 A10 A14 I7 I6</p> <p>Trita de carabasseta i creïlla A7 I7</p> <p>Fruita</p> <p>Trita francesa amb bastons de moniato</p>	<p>16 640 66 37 22</p> <p>Amanida de temporada amb taronja I7</p> <p>Fesols pintes amb verdures I10 I6</p> <p>Wok de vegetals amb daus de formatge fresc A14 A1</p> <p>Fruita</p> <p>Rap amb creïlles "a lo pobre" (all i julivert)</p>	<p>17 623 89 26 19</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Fideuà A4 A3 A11 A1 A7 A8 I8 I7</p> <p>Tosta integral de tomaca i tonyina A1 A8 I8 I7</p> <p>Fruita</p> <p>-Tortilla de coliflor amb amanida de tomata i formatge. Fruita</p>	<p>18 601 42 35 32</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Creïlles a la riojana (vegetals) A9 A3</p> <p>Lluç al forn amb pèsols A8 I7 I6 I8</p> <p>Iogurt A9 I7</p> <p>Gallo San Pedro amb bajoquetes</p>	<p>19 654 67 25 31</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Crema de cigrons amb porro i boniato A3 I6</p> <p>Hamburguesa de coliflor i formatge amb mongetes (Inf. creïlles) A5 A13</p> <p>Fruita</p> <p>- Ous trencats amb salmó fumat i champinyons. Fruita</p>
<p>22 693 77 38 24</p> <p>Amanida de temporada amb taronja I7</p> <p>Arròs de verdures</p> <p>Aladroc enfarinats casolans A1 A3 A8 A11 I8 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Crema de verdura i truita francesa. Fruita</p>	<p>23 683 65 29 33</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Espirals amb tomaca, bròcoli i formatge A1 A7 A9 I7</p> <p>Ou remenat amb xampinyó A9 A14 A7</p> <p>Fruita</p> <p>- Bacallà amb pebrots, carbassó i tomàquet. Fruita</p>	<p>24 629 53 44 26</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Sopa de verdures amb fideus A1 A7</p> <p>Trita de creïlles</p> <p>Iogurt A9 I7</p> <p>- Lasanya de carabasseta i verdures al gust amb soja texturada. Fruita</p>	<p>25 655 76 27 26</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Potatge de cigrons amb verdures I6</p> <p>Pizza de tonyina i formatge A1 A9 A14</p> <p>Fruita</p> <p>Torrada d'ou amb alvocat. Fruita</p>	<p>26 692 79 26 28</p> <p>Amanida variada</p> <p>Paella de verdures</p> <p>Ou farcit (rovells i tomata fregida) A7 I7</p> <p>Fruita</p> <p>Minestra de verdura saltada amb gambetes</p>
<p>29 616 64 19 31</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Purè de verdures</p> <p>Trita de creïlla amb formatge A7 A9 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Bacallà amb pebrots, carbassó i tomàquet. Fruita</p>	<p>30 796 102 24 32</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Lasanya vegetal A1 A9 A3 A14 A7</p> <p>Hummus de cigrons casolà amb pics A3 A1 A12 A14 I6</p> <p>Fruita</p> <p>-Bullit de carxofes i llobarro al forn. Fruita</p>	<p>31 630 61 35 24</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Olleta alicantina A1 A3 I9 I6 I10</p> <p>Gallo San Pedro al llimó amb bajoqueta A8 I7 I8 I10 I6</p> <p>Fruita</p> <p>Albergínia, tomata i formatge al forn</p>		

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



08

Ensalada de verduras de temporada

Macarrones ecológicos con boloñesa vegetal **A1 A14 A12 A13 I6**

Lágrimas de pollo caseras (maicena) **I6 I2 I8 I7 I5**

Fruta

- Hervido valenciano. Salmón al papillote. Fruta.

09

Ensalada de temporada con naranja **I7**

Lentejas de la abuela **A1 A3 I8 I2 I5 I7 I6 I9**

Merluza gratinada con all i oli **A7 A8**

Fruta

- Tortilla de alcachofas con pan tumaca. Fruta

10

Ensalada con fruta

Crema de verduras de temporada (sin lactosa) **I7**

Albóndigas en salsa con cous cous **A14 A1 A3 A7 A10 A13 I2 I6 I7 I8 I5**

Yogur de soja **A1 A13 A14 I7**

- Dorada a la plancha con pimientos. Fruta

11

Ensalada de verduras de temporada

Garbanzos con espinacas **A3 I6**

Tortilla francesa con pisto **A7 I7**

Fruta

- Pollo con manzana asada y verduras. Fruta

12

Ensalada de verduras de temporada

Sopa de fideos ecológicos **A1 I8 I5 I2 I7**

Cocido completo (sin pelota) **I8 I7 I5 I2 I6**

Fruta

Guisantes salteados con tomate, cebolla y lomo

15

Ensalada de verduras de temporada

Espaguetis integrales con salsa de calabaza (sin lácteos) **I7 I6**

Tortilla de calabacín y patata **A7 I7**

Fruta

- Alas de pollo con bastones de boniato. Fruta

16

Ensalada de temporada con naranja **I7**

Alubias pintas con verduras **I10 I6**

Wok de pavo con salsa de soja **A14 A1 I6 I5 I8 I7**

Fruta

Rape al horno con patatas a lo pobre (ajo y perejil)

17

Ensalada de verduras de temporada

Fideuà **A4 A3 A11 A1 A7 A8 I8 I7**

Tosta integral de tomate y atún **A1 A8 I8 I7**

Fruta

Dados de pollo con arroz de coliflor

18

Ensalada con fruta

Patatas a la riojana (vegetales) **A3 I7 I8 I5 I2**

Merluza 'al ajillo' con guisantes **A8 I7 I6 I8**

Yogur de soja **A1 A13 A14 I7**

- Gazpacho andaluz con picatostes y pavo a la plancha . Fruta

19

Ensalada de verduras de temporada

Crema de garbanzos con puerro y boniato **A3 I6**

Hamburguesa 100% pollo con palomitas de maíz (Inf. patatas) **A5 A13 I7 I5 I8 I6**

Fruta

- Huevos rotos con salmón ahumado y champiñones. Fruta

22

Ensalada de temporada con naranja **I7**

Arròs amb fesols i naps **I10 I6 I8 I7 I5 I2**

Boquerones enharinados caseros **A1 A3 A8 A11 I8 I7**

Fruta

- Crema de verdura y tortilla francesa. Fruta

23

Ensalada de verduras de temporada

Espirales con tomate y brócoli **A1 A7 I7**

Huevo revuelto con champiñón **A7 A3 I8 I6 I2 I5 I7**

Fruta

Contramuslo deshuesado de pavo con tomate, calabacín y cebolla

24

Ensalada con fruta

Sopa de fideos **A1 A7 I8 I5 I7 I2**

Pollo asado con patatas caseras al pimentón dulce **I8 I5 I7**

Yogur de soja **A1 A13 A14 I7**

i. Pastel de patata y atún al horno

25

Ensalada de verduras de temporada

Potaje de garbanzos con verduras **I6**

Pizza de fiambre de pavo y tomate (Sin queso) **A1 I8 I5 I7 I6 I2**

Fruta

- Tostada de huevo con aguacate. Fruta

26

Ensalada variada

Paella valenciana **I8 I5 I7 I6 I10**

Huevos al horno con tomate **A7 I7**

Fruta

- Menestra rehogada con ajitos y lomo. Fruta

29

Ensalada de verduras de temporada

Puré de verduras

Tortilla de patatas con montadito de aceite y pimentón **A7 A1 I7**

Fruta

Contramuslo deshuesado de pavo con tomate, calabacín y cebolla

30

Ensalada con fruta

Lasaña casera de pollo (sin lácteos) **A1 A7 A14 I8 I7 I5 I2 I6**

Hummus de garbanzos casero con picos **A3 A1 A12 A14 I6**

Fruta

- Hervido de alcachofas y lubina al horno. Fruta

31

Ensalada de verduras de temporada

Olleta alicantina **A1 A3 I9 I6 I10**

Gallo San Pedro al limón con judías verdes **A8 I7 I8 I10 I6**

Fruta

Cascos de Patatas rellenas de carne picada de pollo (sin queso)

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 ovolactovegetariano I7 - No apto vegano

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

08 727 89 25 29

Amanida de verdures de temporada

Macarrons ecològics amb bolonyesa vegetal A1 A14 A12 A13 I6

Llàgrimes de pollastre casolanes (maicena) I6 I2 I8 I7 I5

Fruita

- Bullit valencià. Salmó al papillote. Fruita.

09 630 64 41 22

Amanida de temporada amb taronja I7

Llenties de l'àvia A1 A3 I8 I2 I5 I7 I6 I9

Lluç gratinat amb all i oli A7 A8

Fruita

- Tritada de carxofes amb pa tumaca. Fruita

10 791 72 30 43

Amanida amb fruita

Crema de verdures de temporada (sense lactosa) I7

Mandonguilles en salsa amb cous cous A14 A1 A3 A7 A10 A13 I2 I6 I7 I8 I5

logurt de soja A1 A13 A14 I7

Daurada a la planxa amb pimentons. Fruita

11 667 66 24 33

Amanida de verdures de temporada

Cigrons amb espinacs A3 I6

Truita francesa amb samfaina A7 I7

Fruita

- Pollastre amb poma i verdures. Fruita

12 838 68 54 37

Amanida de verdures de temporada

Sopa de fideus ECO A1 I8 I5 I2 I7

Olla completa (sense pilota) I8 I7 I5 I2 I6

Fruita

- Pèsols saltejats amb tomàquet, ceba i llom

15 715 71 24 36

Amanida de verdures de temporada

Espaguetis integrals amb salsa de carbassa (sense lactis) I7 I6

Truita de carabasseta i creïlla A7 I7

Fruita

- Ales de pollastre amb bastons de moniato. Fruita

16 640 66 37 22

Amanida de temporada amb taronja I7

Fesols pintes amb verdures I10 I6

Wok de titot amb salsa de soja A14 A1 I6 I5 I8 I7

Fruita

Rap amb creïlles "a lo pobre" (all i julivert)

17 623 89 26 19

Amanida de verdures de temporada

Fideuà A4 A3 A11 A1 A7 A8 I8 I7

Tosta integral de tomaca i tonyina A1 A8 I8 I7

Fruita

Daus de pollastre amb arròs de coliflor

18 601 42 35 32

Amanida amb fruita

Creïlles a la riojana (vegetals) A3 I7 I8 I5 I2

Lluç al forn amb pèsols A8 I7 I6 I8

logurt de soja A1 A13 A14 I7

- Gaspatxo andalús amb crostons i polit a la planxa . Fruita

19 654 67 25 31

Amanida de verdures de temporada

Crema de cigrons amb porro i boniato A3 I6

Hamburguesa 100% pollastre amb mongetes (Inf. creïlles) A5 A13 I7 I5 I8 I6

Fruita

- Ous trencats amb salmó fumat i champinyons. Fruita

22 693 77 38 24

Amanida de temporada amb taronja I7

Arròs amb fesols i naps I10 I6 I8 I7 I5 I2

Aladrocxs enfarinats casolans A1 A3 A8 A11 I8 I7

Fruita

- Crema de verdura i truita francesa. Fruita

23 683 65 29 33

Amanida de verdures de temporada

Espirals amb tomaca i bròcoli A1 A7 I7

Ou remenat amb xampinyó A7 A3 I8 I6 I2 I5 I7

Fruita

24 629 53 44 26

Amanida amb fruita

Sopa de fideus A1 A7 I8 I5 I7 I2

Pollastre rostit amb creïlles casolanes al pebre roig dolç I8 I5 I7

logurt de soja A1 A13 A14 I7

25 655 76 27 26

Amanida de verdures de temporada

Potatge de cigrons amb verdures I6

Pizza de titot i tomaca (Sense formatge) A1 I8 I5 I7 I6 I2

Fruita

Torrada d'ou amb avocat. Fruita

26 765 81 33 33

Amanida variada

Paella valenciana I8 I5 I7 I6 I10

Ous al forn amb tomaca A7 I7

Fruita

Menestra ofegada amb ajitos i llomello. Fruita

29 616 64 19 31

Amanida de verdures de temporada

Purè de verdures

Truita de patates amb muntadeta d'oli i pebre vermell A7 A1 I7

Fruita

30 796 102 24 32

Amanida amb fruita

Lasanya casera de pollastre (sense lactis) A1 A7 A14 I8 I7 I5 I2 I6

Hummus de cigrons casolà amb pics A3 A1 A12 A14 I6

Fruita

-Bullit de carxofes i llobarro al forn. Fruita

31 630 61 35 24

Amanida de verdures de temporada

Olleta alicantina A1 A3 I9 I6 I10

Gallo San Pedro al llimó amb bajoqueta A8 I7 I8 I10 I6

Fruita

Creïlles farcides de carn picada de pollastre (sense formatge)

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 I5 - Carne I2 - Cerdo I6 - Legumbres I9 - Lentejas I8 - No apto ovolactovegetariano I7 - No apto vegano

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