

**02** 854 94 29 39

Ensalada de verduras de temporada

Macarrones ecológicos a la napolitana con queso A9 A1 A10 A14 I7 I11 I6

Alitas de pollo con salsa de soja y miel con puré de patata A1 A14 A9 I11 I6 I7 I5 I8

Fruta

- Pescado con verduras al papillote. Fruta

**03** 685 68 42 27

Ensalada con fruta

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

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

Fruta

- Ragut de magro con tomates cherry. Fruta

**04** 668 90 19 26

Ensalada de verduras de temporada

Arroz del senyoret A3 A4 A8 A11 I8 I7 I6

Revuelto del chef A7 I7

Fruta

- Pavo con col al pimentón. Fruta

**05** 620 37 24 42

Ensalada de verduras de temporada

Crema bretona (alubias blancas y puerros) A9 I6 I7 I11 I10

Longanizas con salsa de tomate A3 A9 I11 I2 I8 I7 I5

Yogur artesano valenciano A9 I11 I7

- Alcachofas y lubina al horno. Fruta



**09** 596 69 28 24

Ensalada de verduras de temporada

Sopa de pescado (con estrellitas) A8 A3 A4 A11 A1 A7 A10 A14 I7 I8 I6

Solomillo de pollo empanado con maíz salteado A1 A2 A9 A14 I7 I5 I6 I11 I8

Fruta

- Hamburguesa vegetal. Fruta

**10** 735 78 28 34

Ensalada con fruta

Potaje de garbanzos con verduras A3 I6

Tortilla de patatas con queso A9 A7 I11 I7

Fruta

- Wok de ternera con verduras thai. Fruta

**11** 703 81 31 27

Ensalada de verduras de temporada

Espaguetis a la carbonara A14 A1 A7 A9 A10 I7 I5 I8 I11 I2 I6

Ventresca de merluza con guisantes salteados A8 I8 I7 I6

Fruta

- Dados de tofu con verduras. Fruta

**12** 700 49 26 42

Ensalada de verduras de temporada

Crema vikinga de calabaza y coliflor

Kottbullar (Albóndigas suecas a la crema con cous cous) A1 A3 A9 A10 A14 I11 I2 I6 I5 I8 I7

Bizcocho de manzana y canela A9 A1 A7 A10 A14 I7 I6 I11

- Tortilla y berenjena con burrata. Fruta

**13** 782 97 14 36

Ensalada con fruta

Arroz al horno (1º) A3 A9 A13 I2 I8 I6 I7 I5 I11

Croquetas de pollo de la abuela A1 A4 A7 A8 A9 A11 A14 I7 I8 I6 I5 I11 I2

Fruta

- Verduras y salmón al papillote. Fruta

**16** 558 48 25 29

Ensalada con queso fresco A9 I7 I11

Crema de puerros y pera A3

Magro de cerdo en salsa jardinera (tomate, cebolla, guisantes, zanahoria) I8 I5 I7 I6 I2

Fruta

- Huevos rotos con salmón. Fruta

**17** 714 79 40 27

Ensalada de verduras de temporada

Lentejas ecológicas con verduras A3 A1 I6 I9

Gallineta en salsa mery (ajo y perejil) con champiñones A3 A8 I8 I7

Fruta

- Pollo al curry con cous cous. Fruta

**18** 588 72 21 22

Ensalada de verduras de temporada

Macarrones integrales con tomate y atún A8 A1 A7 A10 A14 I7 I8 I6

Tortilla de berenjena y queso A9 A7 I7 I11

Fruta

- Merluza con patatas y espárragos. Fruta

**19** 678 101 26 16

Ensalada con fruta

Alubias blancas guisadas con verduras A3 I10 I6

Panini casero de jamón york y queso A1 A9 A14 I5 I7 I11 I2 I8 I6

Fruta

- Wok de ternera con verduras thai. Fruta

**20** 783 64 39 41

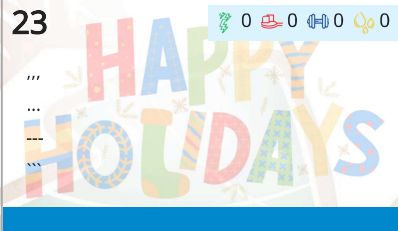
Ensalada gourmet con naranja

Sopa de Navidad A1 A7 A10 A14 I8 I5 I7 I2 I6

Redondo de pavo en salsa con patatas panaderas A1 A14 I5 I7 I8 I6

Bolitas navideñas de chocolate A1 A7 A9 A13 A14 I7 I11 I6

- Bacalao gratinado con ensalada. Fruta



A1 - Gluten A2 - Altramuz A3 - Dióxido 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 ovolactovegetariano I7 - No apto vegano

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

Felices Fiestas

**02** 854 94 29 39

Amanida de verdures de temporada

Macarrons ecològics a la napolitana amb formatge **A9 A1 A10 A14 I7 I11 I6**

Aletes de pollastre amb salsa de soja i mel amb puré de creïlla **A1 A14 A9 I11 I6 I7 I5 I8**

Fruita

- Peix amb verdures al "papillot". Fruita

**03** 685 68 42 27

Amanida amb fruita

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

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

Fruita

- Magre amb tomaques cherry. Fruita

**04** 668 90 19 26

Amanida de verdures de temporada

Arròs del senyoret **A3 A4 A8 A11 I8 I7 I6**

Regirat del xef **A7 I7**

Fruita

- Pavo amb col al pebre roig. Fruita

**05** 620 37 24 42

Amanida de verdures de temporada

Crema bretona (fesols blancs i porros) **A9 I6 I7 I11 I10**

Llonganisses amb salsa de tomata **A3 A9 I11 I2 I8 I7 I5**

Iogurt artesà valencià **A9 I11 I7**

- Carxofes i llobarro al forn. Fruita



**09** 596 69 28 24

Amanida de verdures de temporada

Sopa de peix (amb estreletes) **A8 A3 A4 A11 A1 A7 A10 A14 I7 I8 I6**

Filet de pollastre empanat amb blat de moro saltat **A1 A2 A9 A14 I7 I5 I6 I11 I8**

Fruita

- Hamburguesa vegetal. Fruita

**10** 735 78 28 34

Amanida amb fruita

Potatge de cigrons amb verdures **A3 I6**

Truita de creïlla amb formatge **A9 A7 I11 I7**

Fruita

- Wok de vedella amb verdures thai. Fruita

**11** 703 81 31 27

Amanida de verdures de temporada

Espaguetis a la carbonara **A14 A1 A7 A9 A10 I7 I5 I8 I11 I2 I6**

Ventresca de lluç amb pèsols saltats **A8 I8 I7 I6**

Fruita

- Daus de tofu amb verdures. Fruita

**12** 700 49 26 42

Amanida de verdures de temporada

Crema vikinga de carabassa i coliflor

Kottbullar (mandonguilles sueques a la crema amb cous cous) **A1 A3 A9 A10 A14 I11 I2 I6 I5 I8 I7**

Coca de poma i canyella **A9 A1 A7 A10 A14 I7 I6 I11**

- Truita i albergínia amb burrata. Fruita

**13** 782 97 14 36

Amanida amb fruita

Arròs al forn (1º) **A3 A9 A13 I2 I8 I6 I7 I5 I11**

Croquetes de pollastres de la iaia **A1 A4 A7 A8 A9 A11 A14 I7 I8 I6 I5 I11 I2**

Fruita

- Verdures i salmó al papillot. Fruita

**16** 558 48 25 29

Amanida amb formatge fresc **A9 I7 I11**

Crema de porros i pera **A3**

Magre de porc en salsa (tomaca, ceba, pesols, carlota) **I8 I5 I7 I6 I2**

Fruita

- Ous trencats amb salmó. Fruita

**17** 714 79 40 27

Amanida de verdures de temporada

Llenties ecològiques amb verdures **A3 A1 I6 I9**

Gallineta amb salsa mery amb xampinyons **A3 A8 I8 I7**

Fruita

- Pollastre al curri amb cous cous. Fruita

**18** 588 72 21 22

Amanida de verdures de temporada

Macarrons integrals amb tomàquet i tonyina **A8 A1 A7 A10 A14 I7 I8 I6**

Truita d'albergínia i formatge **A9 A7 I7 I11**

Fruita

- Lluç amb creïlles i espàrrecs. Fruita

**19** 678 101 26 16

Amanida amb fruita

Guisat de fesols amb verdures **A3 I10 I6**

Panini casolà de pernil dolç i formatge **A1 A9 A14 I5 I7 I11 I2 I8 I6**

Fruita

- Wok de vedella amb verdures thai. Fruita

**20** 783 64 39 41

Amanida "gorumet" amb taronja

Sopa de Nadal **A1 A7 A10 A14 I8 I5 I7 I2 I6**

Redó de polit en salsa amb creïlles forneres **A1 A14 I5 I7 I8 I6**

Boletes nadalenques de xocolata **A1 A7 A9 A13 A14 I7 I11 I6**

- Bacallà gratinat amb amanida. 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 I10 - Alubias I11 - APLV I5 - Carne I2 - Cerdo I6 - Legumbres I9 - Lentejas I8 - No apto ovolactovegetariano I7 - No apto vegano

Felices Fiestas

# A ORILLAS DEL ATLÁNTICO

# NÓRDICOS



**ENSALADA**

**PURÉ DE VERDURAS VIKINGO**

**KOTBULLAR**

(ALBÓNDIGAS SUECAS A LA CREMA CON COUS COUS)

**BIZCOCHO DE MANZANA Y CANELA**

# À LA VORA DE L'ATLÀNTIC NÓRDICS



**AMANIDA**

**PURÉ DE VERDURES VIKING**

**KOTBULLAR**

(MANDONGUILLES SUEQUES A LA CREMA AMB COUS COUS)

**BESCUIT DE POMA I CANYELLA**

# Menú Navideño



Grupo  
**CAPS**  
Cuidadores

*Ensalada gourmet  
con naranja*

*Sopa de Navidad*

*Redondo de pavo en salsa con  
patatas panaderas*

*Bolitas navideñas de chocolate*

# Menú Nadalenc



Grupo  
**CAPS**  
Cuidadores

*Amanida gourmet  
amb taronja*

*Sopa de Nadal*

*Redó de polit en salsa amb  
creilles forneres*

*Boletes nadalencs de xocolata*



**02** 854 94 29 39

Ensalada de verduras de temporada

Macarrones ecológicos a la napolitana con queso A9 A1 A10 A14 I7 I11 I6

**Tortilla de patatas** A7

Fruta

- Pescado con verduras al papillote. Fruta

**03** 685 68 42 27

Ensalada con fruta

**Lentejas con verduras** A1 A3

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

Fruta

- Brocheta de salmón con verduras. Fruta

**04** 668 90 19 26

Ensalada de verduras de temporada

Arroz del senyoret A3 A4 A8 A11 I8 I7 I6

Revuelto del chef A7 I7

Fruta

- Tostada de huevo con aguacate. Fruta

**05** 620 37 24 42

Ensalada de verduras de temporada

Crema bretona (alubias blancas y puerros) A9 I6 I7 I11 I10

**Salchichas veganas con pisto**

Yogur artesano valenciano A9 I11 I7

- Alcachofas y lubina al horno. Fruta



**09** 596 69 28 24

Ensalada de verduras de temporada

Sopa de pescado (con estrellitas) A8 A3 A4 A11 A1 A7 A10 A14 I7 I8 I6

**Boquerones rebozados con maíz salteado** A1 A4 A7 A8 A9 A11 A10 A14

Fruta

- Hamburguesa vegetal. Fruta

**10** 735 78 28 34

Ensalada con fruta

Potaje de garbanzos con verduras A3 I6

Tortilla de patatas con queso A9 A7 I11 I7

Fruta

- Brocheta de verduras (V)

**11** 703 81 31 27

Ensalada de verduras de temporada

**Esopaquetis con champiñones y cebolla** A3 A1 A7

Ventresca de merluza con guisantes salteados A8 I8 I7 I6

Fruta

- Dados de tofu con verduras. Fruta

**12** 700 49 26 42

Ensalada de verduras de temporada

Crema vikinga de calabaza y coliflor

**Albóndigas veganas en salsa (V)** A1

Bizcocho de manzana y canela A9 A1 A7 A10 A14 I7 I6 I11

- Tortilla y berenjena con burrata. Fruta

**13** 782 97 14 36

Ensalada con fruta

**Arroz al horno con garbanzos y verduras** A3

**Loncha de queso** A9

Fruta

- Verduras y salmón al papillote. Fruta

**16** 558 48 25 29

Ensalada con queso fresco A9 I7 I11

Crema de puerros y pera A3

**Salchichas veganas con pisto**

Fruta

- Huevos rotos con salmón. Fruta

**17** 714 79 40 27

Ensalada de verduras de temporada

Lentejas ecológicas con verduras A3 A1 I6 I9

Gallineta en salsa mery (ajo y perejil) con champiñones A3 A8 I8 I7

Fruta

- Cous cous con verduras al curry (V)

**18** 588 72 21 22

Ensalada de verduras de temporada

Macarrones integrales con tomate y atún A8 A1 A7 A10 A14 I7 I8 I6

Tortilla de berenjena y queso A9 A7 I7 I11

Fruta

- Merluza con patatas y espárragos. Fruta

**19** 678 101 26 16

Ensalada con fruta

Alubias blancas guisadas con verduras A3 I10 I6

**Panini casero de atún** A1 A8 A9

Fruta

- Brocheta de verduras (V)

**20** 783 64 39 41

Ensalada gourmet con naranja

**Sopa de verduras con fideos** A1 A7 A6

**San Pedro con salsa verde y patata panadera** A8

Bolitas navideñas de chocolate A1 A7 A9 A13 A14 I7 I11 I6

- Bacalao gratinado con ensalada. Fruta

**23** 0 0 0 0

... HAPPY HOLIDAYS ...



Felices Fiestas

**02** 854 94 29 39

Amanida de verdures de temporada

Macarrons ecològics a la napolitana amb formatge **A9 A1 A10 A14 I7 I11 I6**

**Truita de creïlles** **A7**

Fruita

- Peix amb verdures al "papillot". Fruita

**03** 685 68 42 27

Amanida amb fruita

**Lentilles amb verdures** **A1 A3**

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

Fruita

- Broqueta de salmó amb verdures. Fruita

**04** 668 90 19 26

Amanida de verdures de temporada

Arròs del senyoret **A3 A4 A8 A11 I8 I7 I6**

Regirat del xef **A7 I7**

Fruita

- Torrada d'ou amb alvocat. Fruita

**05** 620 37 24 42

Amanida de verdures de temporada

Crema bretona (fesols blancs i porros) **A9 I6 I7 I11 I10**

**Salsitxes veganes amb samfaina**

Iogurt artesà valencià **A9 I11 I7**

- Carxofes i llobarro al forn. Fruita



**09** 596 69 28 24

Amanida de verdures de temporada

Sopa de peix (amb estreletes) **A8 A3 A4 A11 A1 A7 A10 A14 I7 I8 I6**

**Seitons arrebossats amb blat de moro saltat** **A1 A4 A7 A8 A9 A11 A10 A14**

Fruita

- Hamburguesa vegetal. Fruita

**10** 735 78 28 34

Amanida amb fruita

Potatge de cigrons amb verdures **A3 I6**

Truita de creïlla amb formatge **A9 A7 I11 I7**

Fruita

- Broqueta de verdures (V)

**11** 703 81 31 27

Amanida de verdures de temporada

**Espaguetis amb xampinyons i ceba** **A3 A1 A7**

Ventresca de lluç amb pèsols saltats **A8 I8 I7 I6**

Fruita

- Daus de tofu amb verdures. Fruita

**12** 700 49 26 42

Amanida de verdures de temporada

Crema vikinga de carabassa i coliflor

**Mandonguilles veganes en salsa (V)** **A1**

Coca de poma i canyella **A9 A1 A7 A10 A14 I7 I6 I11**

- Truita i alberginia amb burrata. Fruita

**13** 782 97 14 36

Amanida amb fruita

**Arròs al forn amb cigrons i verdures** **A3**

**Tallada de formatge** **A9**

Fruita

- Verdures i salmó al papillot. Fruita

**16** 558 48 25 29

Amanida amb formatge fresc **A9 I7 I11**

Crema de porros i pera **A3**

**Salsitxes veganes amb samfaina**

Fruita

- Ous trencats amb salmó. Fruita

**17** 714 79 40 27

Amanida de verdures de temporada

Lentilles ecològiques amb verdures **A3 A1 I6 I9**

Gallineta amb salsa mery amb xampinyons **A3 A8 I8 I7**

Fruita

- Cous cous amb verdures al curri (V)

**18** 588 72 21 22

Amanida de verdures de temporada

Macarrons integrals amb tomàquet i tonyina **A8 A1 A7 A10 A14 I7 I8 I6**

Truita d'albergina i formatge **A9 A7 I7 I11**

Fruita

- Lluç amb creïlles i espàrrecs. Fruita

**19** 678 101 26 16

Amanida amb fruita

Guisat de fesols amb verdures **A3 I10 I6**

**Panini casolà de tonyina** **A1 A8 A9**

Fruita

- Broqueta de verdures (V)

**20** 783 64 39 41

Amanida "gorumet" amb taronja

**Sopa de verdures amb fideus** **A1 A7 A6**

**Sant Pere amb salsa verda i creïlla fornera** **A8**

Boletes nadalenques de xocolata **A1 A7 A9 A13 A14 I7 I11 I6**

- Bacallà gratinat amb amanida. Fruita

**23** 0 0 0 0

**HAPPY HOLIDAYS**





**02** 854 94 29 39

Ensalada de verduras de temporada

Macarrones ecológicos a la napolitana con queso A9 A1 A10 A14 I7 I11 I6

Alitas de pollo con salsa de soja y miel con puré de patata A1 A14 A9 I11 I6 I7 I5 I8

Fruta

- Pescado con verduras al papillote. Fruta

**03** 685 68 42 27

Ensalada con fruta

Lentejas con verduras A1 A3

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

Fruta

- Brocheta de salmón con verduras. Fruta

**04** 668 90 19 26

Ensalada de verduras de temporada

Arroz del senyoret A3 A4 A8 A11 I8 I7 I6

Revuelto del chef A7 I7

Fruta

- Pavo con col al pimentón. Fruta

**05** 620 37 24 42

Ensalada de verduras de temporada

Crema bretona (alubias blancas y puerros) A9 I6 I7 I11 I10

Lomoanizas 100% pollo con salsa de tomate A3

Yogur artesano valenciano A9 I11 I7

- Alcachofas y lubina al horno. Fruta



**09** 596 69 28 24

Ensalada de verduras de temporada

Sopa de pescado (con estrellitas) A8 A3 A4 A11 A1 A7 A10 A14 I7 I8 I6

Solomillo de pollo empanado con maíz salteado A1 A2 A9 A14 I7 I5 I6 I11 I8

Fruta

- Hamburguesa vegetal. Fruta

**10** 735 78 28 34

Ensalada con fruta

Potaje de garbanzos con verduras A3 I6

Tortilla de patatas con queso A9 A7 I11 I7

Fruta

- Wok de ternera con verduras thai. Fruta

**11** 703 81 31 27

Ensalada de verduras de temporada

Espaquetis con champiñones y cebolla A3 A1 A7

Ventresca de merluza con guisantes salteados A8 I8 I7 I6

Fruta

- Dados de tofu con verduras. Fruta

**12** 700 49 26 42

Ensalada de verduras de temporada

Crema vikinga de calabaza y coliflor

Albóndigas de pollo en salsa con cous cous A14 A1 A10 A3

Bizcocho de manzana y canela A9 A1 A7 A10 A14 I7 I6 I11

- Tortilla y berenjena con burrata. Fruta

**13** 782 97 14 36

Ensalada con fruta

Arroz al horno con garbanzos y verduras A3

Rollito de pavo y queso A9

Fruta

- Verduras y salmón al papillote. Fruta

**16** 558 48 25 29

Ensalada con queso fresco A9 I7 I11

Crema de puerros y pera A3

Pollo guisado a la jardinera

Fruta

- Huevos rotos con salmón. Fruta

**17** 714 79 40 27

Ensalada de verduras de temporada

Lentejas ecológicas con verduras A3 A1 I6 I9

Gallineta en salsa mery (ajo y perejil) con champiñones A3 A8 I8 I7

Fruta

- Pollo al curry con cous cous. Fruta

**18** 588 72 21 22

Ensalada de verduras de temporada

Macarrones integrales con tomate y atún A8 A1 A7 A10 A14 I7 I8 I6

Tortilla de berenjena y queso A9 A7 I7 I11

Fruta

- Merluza con patatas y espárragos. Fruta

**19** 678 101 26 16

Ensalada con fruta

Alubias blancas guisadas con verduras A3 I10 I6

Panini casero de taquitos de pavo, tomate y queso A1 A9

Fruta

- Wok de ternera con verduras thai. Fruta

**20** 783 64 39 41

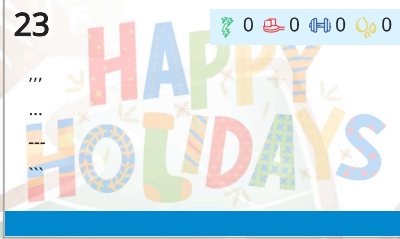
Ensalada gourmet con naranja

Sopa de ave A1 A7

Redondo de pavo en salsa con patatas panaderas A1 A14 I5 I7 I8 I6

Bolitas navideñas de chocolate A1 A7 A9 A13 A14 I7 I11 I6

- Bacalao gratinado con ensalada. Fruta



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 ovolactovegetariano I7 - No apto vegano

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

Felices Fiestas

02 854 94 29 39

Amanida de verdures de temporada  
 Macarrons ecològics a la napolitana amb formatge A9 A1 A10 A14 I7 I11 I6  
 Aletes de pollastre amb salsa de soja i mel amb puré de creïlla A1 A14 A9 I11 I6 I7 I5 I8  
 Fruita

- Peix amb verdures al "papillot". Fruita

03 685 68 42 27

Amanida amb fruita  
**Lentilles amb verdures** A1 A3  
 Gallo San Pedro al llimó amb bajoqueta A8 I7 I8 I10 I6  
 Fruita

- Broqueta de salmó amb verdures. Fruita

04 668 90 19 26

Amanida de verdures de temporada  
 Arròs del senyoret A3 A4 A8 A11 I8 I7 I6  
 Regirat del xef A7 I7  
 Fruita

- Pavo amb col al pebre roig. Fruita

05 620 37 24 42

Amanida de verdures de temporada  
 Crema bretona (fesols blancs i porros) A9 I6 I7 I11 I10  
**Llonganisses 100% pollastre amb salsa de tomata** A3  
 Iogurt artesà valencià A9 I11 I7

- Carxofes i llobarro al forn. Fruita



09 596 69 28 24

Amanida de verdures de temporada  
 Sopa de peix (amb estreletes) A8 A3 A4 A11 A1 A7 A10 A14 I7 I8 I6  
 Filet de pollastre empanat amb blat de moro saltat A1 A2 A9 A14 I7 I5 I6 I11 I8  
 Fruita

- Hamburguesa vegetal. Fruita

10 735 78 28 34

Amanida amb fruita  
 Potatge de cigrons amb verdures A3 I6  
 Truita de creïlla amb formatge A9 A7 I11 I7  
 Fruita

- Wok de vedella amb verdures thai. Fruita

11 703 81 31 27

Amanida de verdures de temporada  
**Espaguetis amb xampinyons i ceba** A3 A1 A7  
 Ventresca de lluç amb pèsols saltats A8 I8 I7 I6  
 Fruita

- Daus de tofu amb verdures. Fruita

12 700 49 26 42

Amanida de verdures de temporada  
 Crema vikinga de carabassa i coliflor  
**Mandonuilles de pollastre en salsa amb cous cous** A14 A1 A10 A3  
 Coca de poma i canyella A9 A1 A7 A10 A14 I7 I6 I11

- Truita i alberginia amb burrata. Fruita

13 782 97 14 36

Amanida amb fruita  
**Arròs al forn amb cigrons i verdures** A3  
**Rollet de gall dindi i formatge** A9  
 Fruita

- Verdures i salmó al papillot. Fruita

16 558 48 25 29

Amanida amb formatge fresc A9 I7 I11  
 Crema de porros i pera A3  
**Pollastre guisat a la jardineria**  
 Fruita

- Ous trencats amb salmó. Fruita

17 714 79 40 27

Amanida de verdures de temporada  
 Lentilles ecològiques amb verdures A3 A1 I6 I9  
 Gallineta amb salsa mery amb xampinyons A3 A8 I8 I7  
 Fruita

- Pollastre al curri amb cous cous. Fruita

18 588 72 21 22

Amanida de verdures de temporada  
 Macarrons integrals amb tomàquet i tonyina A8 A1 A7 A10 A14 I7 I8 I6  
 Truita d'albergina i formatge A9 A7 I7 I11  
 Fruita

- Lluç amb creïlles i espàrrecs. Fruita

19 678 101 26 16

Amanida amb fruita  
 Guisat de fesols amb verdures A3 I10 I6  
**Panini casolà de dauets de titot, tomaca i formatge** A1 A9  
 Fruita

- Wok de vedella amb verdures thai. Fruita

20 783 64 39 41

Amanida "gorumet" amb taronja  
**Sopa d'au** A1 A7  
 Redó de polit en salsa amb creïlles forneres A1 A14 I5 I7 I8 I6  
 Boletes nadalenques de xocolata A1 A7 A9 A13 A14 I7 I11 I6

- Bacallà gratinat amb amanida. Fruita

23 0 0 0 0



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 dosca A14 - Soja

Quilocalories Proteïnes Carbohidrats Greixos

I10 - Alubias I11 - APLV 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

Felices Fiestas

**02** 854 94 29 39

Ensalada de verduras de temporada

**Macarrones ecológicos con tomate frito** A1

**Alitas de pollo con salsa de soja y miel con patatas** A1 A14

Fruta

- Pescado con verduras al papillote. Fruta

**03** 685 68 42 27

Ensalada con fruta

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

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

Fruta

- Ragut de magro con tomates cherry. Fruta

**04** 668 90 19 26

Ensalada de verduras de temporada

Arroz del senyoret A3 A4 A8 A11 I8 I7 I6

Revuelto del chef A7 I7

Fruta

- Pavo con col al pimentón. Fruta

**05** 620 37 24 42

Ensalada de verduras de temporada

**Crema Bretona (alubias, puerros) sin lácteos** A3

**Lomoanizas 100% pollo con salsa de tomate** A3

**"Alpro" soja natural** A14

- Alcachofas y lubina al horno. Fruta



**09** 596 69 28 24

Ensalada de verduras de temporada

Sopa de pescado (con estrellitas) A8 A3 A4 A11 A1 A7 A10 A14 I7 I8 I6

**Lágrimas de pollo empanadas caseras** A1 A10 A14

Fruta

Champiñones y calabacín rehogados con soja texturizada (V)

**10** 735 78 28 34

Ensalada con fruta

Potaje de garbanzos con verduras A3 I6

**Tortilla de patatas y pavo** A7

Fruta

- Wok de ternera con verduras thai. Fruta

**11** 703 81 31 27

Ensalada de verduras de temporada

**Españolitas con champiñones y cebolla** A3 A1 A7

Ventresca de merluza con guisantes salteados A8 I8 I7 I6

Fruta

- Dados de tofu con verduras. Fruta

**12** 700 49 26 42

Ensalada de verduras de temporada

Crema vikinga de calabaza y coliflor

**Albóndigas mixtas en salsa con cous cous** A14 A1 A3 A10

**Postre especial (sin lácteos)** A7 A1

Tortilla de berenjena

**13** 782 97 14 36

Ensalada con fruta

**Arroz al horno con magro de cerdo (sin embutidos)** A3

**Rollito de pavo**

Fruta

- Verduras y salmón al papillote. Fruta

**16** 558 48 25 29

**Ensalada vegetal (V)**

Crema de puerros y pera A3

Magro de cerdo en salsa jardinera (tomate, cebolla, guisantes, zanahoria) I8 I5 I7 I6 I2

Fruta

- Huevos rotos con salmón. Fruta

**17** 714 79 40 27

Ensalada de verduras de temporada

Lentejas ecológicas con verduras A3 A1 I6 I9

Gallineta en salsa mery (ajo y perejil) con champiñones A3 A8 I8 I7

Fruta

Pollo en salsa con cous cous

**18** 588 72 21 22

Ensalada de verduras de temporada

Macarrones integrales con tomate y atún A8 A1 A7 A10 A14 I7 I8 I6

**Tortilla de berenjena** A7

Fruta

Merluza a la marinera con salsa de guisantes

**19** 678 101 26 16

Ensalada con fruta

Alubias blancas guisadas con verduras A3 I10 I6

**Panini casero de taquitos de pavo y tomate (sin queso)** A1

Fruta

- Wok de ternera con verduras thai. Fruta

**20** 783 64 39 41

Ensalada gourmet con naranja

Sopa de Navidad A1 A7 A10 A14 I8 I5 I7 I2 I6

Redondo de pavo en salsa con patatas panaderas A1 A14 I5 I7 I8 I6

**Postre especial (sin lácteo/huevo/frutos secos/cacahuete/soja)**

- Bacalao gratinado con ensalada. Fruta

**23** 0 0 0 0

**HAPPY HOLIDAYS**



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 ovolactovegetariano I7 - No apto vegano

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

**Felices Fiestas**

02 854 94 29 39

Amanida de verdures de temporada

Macarrons ecològics amb tomata fregida A1

Aletes de pollastre amb salsa de soja i mel amb creïlles A1 A14

Fruita

- Peix amb verdures al "papillot". Fruita

03 685 68 42 27

Amanida amb fruita

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

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

Fruita

- Magre amb tomaques cherry. Fruita

04 668 90 19 26

Amanida de verdures de temporada

Arròs del senyoret A3 A4 A8 A11 I8 I7 I6

Regirat del xef A7 I7

Fruita

- Pavo amb col al pebre roig. Fruita

05 620 37 24 42

Amanida de verdures de temporada

Crema bretona (fesols blancs porros) sense lactis A3

Llonganisses 100% pollastre amb salsa de tomata A3

"Alpro" soja natural A14

- Carxofes i llobarro al forn. Fruita



09 596 69 28 24

Amanida de verdures de temporada

Sopa de peix (amb estreletes) A8 A3 A4 A11 A1 A7 A10 A14 I7 I8 I6

Llàrimes de pollastre empanades casolanes A1 A10 A14

Fruita

Xampinyons i carabasseta saltejats amb soja texturitzada (V)

10 735 78 28 34

Amanida amb fruita

Potatge de cigrons amb verdures A3 I6

Truita de creïlles i gall d'indi A7

Fruita

- Wok de vedella amb verdures thai. Fruita

11 703 81 31 27

Amanida de verdures de temporada

Espaguetis amb xampinyons i ceba A3 A1 A7

Ventresca de lluç amb pèsols saltats A8 I8 I7 I6

Fruita

- Daus de tofu amb verdures. Fruita

12 700 49 26 42

Amanida de verdures de temporada

Crema vikinga de carabassa i coliflor

Mandonquilles mixtes en salsa amb cous cous A14 A1 A3 A10

Postres especials (sense lactis) A7 A1

Truita d'albergina

13 782 97 14 36

Amanida amb fruita

Arròs al forn amb magre de porc (sense embotits) A3

Rollet de gall d'indi

Fruita

- Verdures i salmó al papillot. Fruita

16 558 48 25 29

Amanida vegetal (V)

Crema de porros i pera A3

Magre de porc en salsa (tomaca, ceba, pesols, carlota) I8 I5 I7 I6 I2

Fruita

- Ous trencats amb salmó. Fruita

17 714 79 40 27

Amanida de verdures de temporada

Llenties ecològiques amb verdures A3 A1 I6 I9

Gallineta amb salsa mery amb xampinyons A3 A8 I8 I7

Fruita

Pollastre amb salsa amb cous cous

18 588 72 21 22

Amanida de verdures de temporada

Macarrons integrals amb tomàquet i tonyina A8 A1 A7 A10 A14 I7 I8 I6

Truita d'albergina A7

Fruita

Lluç a la marinera amb salsa de pèsols

19 678 101 26 16

Amanida amb fruita

Guisat de fesols amb verdures A3 I10 I6

Panini casolà de dauets de titot i tomaca (sense formatge) A1

Fruita

- Wok de vedella amb verdures thai. Fruita

20 783 64 39 41

Amanida "gorumet" amb taronja

Sopa de Nadal A1 A7 A10 A14 I8 I5 I7 I2 I6

Redó de polit en salsa amb creïlles forneres A1 A14 I5 I7 I8 I6

Postres especials (sense lacti/ou/fruïta seca/cacauet/soja)

- Bacallà gratinat amb amanida. Fruita

23 0 0 0 0



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 - Fruïtes de closca

A14 - Soja

Quilocalories Proteïnes Carbohidrats Greixos

I10 - Alubias I11 - APLV 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

Felices Fiestas