



<p><b>04</b>  671  88  17  27</p> <p>Arroz a la hortelana Tortilla de patatas <b>A7 I7</b> Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada</p> <p>- Pescado con verduras al papillote. Fruta</p>	<p><b>05</b>  824  95  29  34</p> <p>Sopa de cocido madrileño con fideos con garbanzos <b>A3 A1 A7 A10 A14 I5 I8 I6 I2 I7</b> Bocadillo de calamares a la romana caseros <b>A1 A4 A7 A8 A9 A11 A10 A14 I6 I11 I8 I7</b> Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada</p> <p>- Hamburguesa vegetal. Fruta</p>	<p><b>06</b>  610  105  20  12</p> <p>Crema de calabaza y zanahoria ECO Lentejas con verduras de temporada y arroz <b>A1 I6 I9</b> Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada</p> <p>- Fajitas de pollo con verduras. Fruta</p>	<p><b>07</b>  831  84  44  33</p> <p>Mac and cheese (macarrones integrales) <b>A1 A9 A10 A14 A7 I6 I11 I7</b> Merluza en salsa verde (AOVE, harina, ajo y perejil) <b>A1 A8 A10 A14 I8 I7 I6</b> Guarnición: guisantes salteados <b>I6</b> Yogur natural <b>A9 I11 I7</b></p> <p>- Acelgas con huevo y nueces. Fruta</p>	<p><b>08</b>  786  84  40  28</p> <p>Alubias pintas con verduras <b>I6 I10</b> Ragout de ternera en salsa <b>I5 I11 I7 I8 I6</b> Guarnición: patata dado Fruta ECO</p> <p>- Bacalao con crema de calabaza. Fruta</p>
<p><b>11</b>  593  48  28  32</p> <p>Crema de calabacín y puerro Magro en salsa <b>I2 I5 I8 I7</b> Guarnición: boniato asado Fruta de temporada</p> <p>- Verduras y salmón al papillote. Fruta</p>	<p><b>12</b>  628  66  31  26</p> <p>Lentejas a la jardinera <b>A1 A3 I9 I6</b> Tortilla de atún <b>A7 A8 I8 I7</b> Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada</p> <p>- Pollo con manzana asada y verduras. Fruta</p>	<p><b>13</b>  690  104  18  19</p> <p>Macarrones integrales con pisto de verduras <b>A1 A7 A10 A14 I6 I7</b> Crispy nuggets caseros de garbanzos con salsa de yogur <b>A1 A3 A5 A9 A13 A14 I11 I7 I6</b> Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada</p> <p>- Lomo en salsa con ñoquis. Fruta</p>	<p><b>14</b>  770  89  25  35</p> <p>Arroz al curry (arroz salteado con una pizca de curry, pasas y daditos de manzana) <b>A3 A5 A9 A13 A14 I6 I11 I7</b> Salmón al horno con hierbas y limón <b>A8 I7 I8</b> Guarnición: ensalada de alubias <b>A3 I6 I10</b> Yogur artesano valenciano <b>A9 I11 I7</b></p> <p>- Revuelto de jamón y champiñones. Fruta</p>	<p><b>15</b>  646  57  27  33</p> <p>Potaje de garbanzos con espinacas <b>A3 I6</b> Contramuslo de pollo al chimichurri <b>I5 I7 I8</b> Guarnición: patatas fritas Fruta ECO</p> <p>- Alcachofas y lubina al horno. Fruta</p>
<p><b>18</b>  836  104  39  26</p> <p>Ensalada completa (lechuga, tomate, zanahoria, maíz, queso fresco y aguacate) <b>A9 I11 I7</b> Lasaña casera de soja texturizada <b>A9 A1 A14 A13 A10 A12 I11 I7 I6</b> Guarnición: berenjenas molonas rebozadas <b>A1 A7 A10 A14 I6 I7</b> Fruta de temporada</p> <p>- Crema de verduras con jamón y picatostes</p>	<p><b>19</b>  686  53  25  41</p> <p>Crema de verduras de temporada Lomo de cerdo con salsa de nata, cebolla y champiñón <b>A3 A9 I8 I5 I7 I2 I11</b> Guarnición: patatas duquesa Fruta de temporada</p> <p>- Huevos rotos con salmón. Fruta</p>	<p><b>20</b>  657  61  45  23</p> <p>Alubias blancas guisadas con verduras <b>A3 I10 I6</b> Chuletas de pavo <b>I8 I5 I7</b> Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada</p> <p>- Calamares enharinados con champiñones</p>	<p><b>21</b>  596  55  30  28</p> <p>Guisado de patatas con verduras de temporada <b>A3 I6</b> Merluza enharinada casera <b>A1 A8 A10 A14 I8 I7 I6</b> Guarnición: ensalada con edamames <b>A14 I6</b> Yogur natural <b>A9 I11 I7</b></p> <p>- Ragout de ternera. Fruta</p>	<p><b>22</b>  664  60  27  33</p> <p>Sopa de arroz integral <b>I5 I7 I8</b> Tortilla de calabacín <b>A7 I7</b> Guarnición: ensalada de temporada Fruta ECO</p> <p>- Bacalao al horno con ensalada. Fruta</p>
<p><b>25</b>  783  87  36  33</p> <p>Lentejas con verduras ECO <b>A3 A1 I6 I9</b> Revuelto de patata y bacon <b>A7 A3 I2 I5 I8 I7</b> Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada</p> <p>- Lasaña de calabacín y soja text. Fruta</p>	<p><b>26</b>  754  88  31  29</p> <p>Espaguetis integrales a la napolitana con queso <b>A1 A7 A9 A10 A14 I11 I7 I6</b> Boquerones enharinados caseros <b>A1 A8 A10 A14 A4 A11 I7 I8 I6</b> Guarnición: habas salteadas <b>I6 I10</b> Fruta de temporada</p> <p>- Magro de cerdo en salsa teriyaki. Fruta</p>	<p><b>27</b>  602  49  42  26</p> <p>Patatas panaderas con calabacín y pimiento gratinadas <b>A9 I11 I7</b> Pollo asado <b>I5 I7 I8</b> Guarnición: mazorca de maíz Fruta de temporada</p> <p>- Ensalada de quinoa. Fruta</p>	<p><b>28</b>  699  70  27  34</p> <p>Estofado de garbanzos con chorizo <b>A3 I2 I5 I8 I7 I6</b> Tortilla francesa <b>A7 I7</b> Guarnición: ensalada de temporada Fruta ECO</p> <p>- Abadejo al horno con espárragos. Fruta</p>	<p><b>29</b>  703  89  17  29</p> <p>Paella valenciana <b>I8 I5 I7 I6 I10</b> Hummus de aguacate con nachos <b>A3 I6</b> Guarnición: ensalada de temporada Nube de fresas casero <b>A9 I7 I11</b></p> <p>- Tortilla de espinacas y queso. Fruta</p>

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

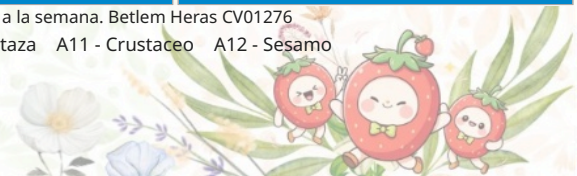
A1 - Gluten A2 - Altramuz A3 - Dioxido de azufre y sulfitos A4 - Molusco A5 - Cacahuete A6 - Apio A7 - Huevos A8 - Pescado A9 - Lacteo A10 - Mostaza A11 - Crustaceo A12 - Sesamo

A13 - Frutos de cascara A14 - Soja

Kilocalorías Proteínas Hidratos Grasas

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

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



<p><b>04</b> 671 88 17 27</p> <p>Arròs a l'hortelana Truita de creïlles A7 I7 Guarnició: amanida de temporada Fruita de temporada</p> <p>- Peix amb verdures al "papillot". Fruita</p>	<p><b>05</b> 824 95 29 34</p> <p>Sopa de fideus amb cigrons A3 A1 A7 A10 A14 I5 I8 I6 I2 I7 Entrepà de calamars a la romana A1 A4 A7 A8 A9 A11 A10 A14 I6 I1 I8 I7 casolans Guarnició: amanida de temporada Fruita de temporada</p> <p>- Hamburguesa vegetal. Fruita</p>	<p><b>06</b> 610 105 20 12</p> <p>Crema de carabassa i safanòria ECO Llenties amb verdures i arròs A1 I6 I9 Guarnició: amanida de temporada Fruita de temporada</p> <p>- "Fajitas" de pollastre amb verdures. Fruita</p>	<p><b>07</b> 831 84 44 33</p> <p>Mac and cheese (macarrons integrals) A1 A9 A10 A14 A7 I6 I11 I7 Lluç en salsa verda A1 A8 A10 A14 I8 I7 I6 Guarnició: pèsols saltats I6 Iogurt natural A9 I11 I7</p> <p>- Bledes amb ou i nous. Fruita</p>	<p><b>08</b> 786 84 40 28</p> <p>Fesols pintes amb verdures I6 I10 Ragout de vedella en salsa I5 I11 I7 I8 I6 Guarnició: creïlla a daus Fruita ECO</p> <p>- Bacallà amb crema de carabassa. Fruita</p>
<p><b>11</b> 593 48 28 32</p> <p>Crema de carabasseta i porro Magre en salsa I2 I5 I8 I7 Guarnició: moniato rostit Fruita de temporada</p> <p>- Verdures i salmó al papillot. Fruita</p>	<p><b>12</b> 628 66 31 26</p> <p>Llenties a la jardineria A1 A3 I9 I6 Truita de tonyina A7 A8 I8 I7 Guarnició: amanida de temporada Fruita de temporada</p> <p>- Pollastre amb poma i verdures. Fruita</p>	<p><b>13</b> 690 104 18 19</p> <p>Macarrons integrals amb samfaina A1 A7 A10 A14 I6 I7 Crispy nuggets casolans de cigrons amb salsa de iogurt A1 A3 A5 A9 A13 A14 I11 I7 I6 Guarnició: amanida de temporada Fruita de temporada</p> <p>- Llom en salsa amb gnocchis. Fruita</p>	<p><b>14</b> 770 89 25 35</p> <p>Arròs al curri (arròs saltat amb curri, passes i poma) A3 A5 A9 A13 A14 I6 I11 I7 Salmó al forn amb herbes i llima A8 I7 I8 Guarnició: ensalada de fesols A3 I6 I10 Iogurt artesà valencià A9 I11 I7</p> <p>- Regirat de pernil i xampinyons. Fruita</p>	<p><b>15</b> 646 57 27 33</p> <p>Potatge de cigrons amb espinacs A3 I6 Contracuixa de pollastre al ximixurri I5 I7 I8 Guarnició: creïlles fregides Fruita ECO</p> <p>- Carxofes i llobarro al forn. Fruita</p>
<p><b>18</b> 836 104 39 26</p> <p>Amanida completa (encisam, tomaca, carlota, dacs, formatge fresc i alvocat) A9 I11 I7 Lasanya casolana de soja texturitzada A9 A1 A14 A13 A10 A12 I11 I7 I6 Guarnició: albergínies molones arrebossades A1 A7 A10 A14 I6 I7 Fruita de temporada</p> <p>- Crema de verdures amb pernil i crostons</p>	<p><b>19</b> 686 53 25 41</p> <p>Crema de verdures de temporada Llom de porc amb salsa de nata, ceba i xampinyó A3 A9 I8 I5 I7 I2 I11 Guarnició: creïlles duquessa Fruita de temporada</p> <p>- Ous trencats amb salmó. Fruita</p>	<p><b>20</b> 657 61 45 23</p> <p>Guisat de fesols amb verdures A3 I10 I6 Xulles de titot I8 I5 I7 Guarnició: amanida de temporada Fruita de temporada</p> <p>- Calamars enfarinats amb xampinyons</p>	<p><b>21</b> 596 55 30 28</p> <p>Guisat de patates amb verdures de temporada A3 I6 Lluç enfarinat cassolà A1 A8 A10 A14 I8 I7 I6 Guarnició: amanida amb edamames A14 I6 Iogurt natural A9 I11 I7</p> <p>- Ragut de vedella. Fruita</p>	<p><b>22</b> 664 60 27 33</p> <p>Sopa d'arròs integral I5 I7 I8 Truita de carabasseta A7 I7 Guarnició: amanida de temporada Fruita ECO</p> <p>- Bacallà al forn amb amanida. Fruita</p>
<p><b>25</b> 783 87 36 33</p> <p>Llenties amb verdures ECO A3 A1 I6 I9 Regirat d'ou amb creïlla i bacon A7 A3 I2 I5 I8 I7 Guarnició: amanida de temporada Fruita de temporada</p> <p>- Lasanya de carabasseta i soja texturada. Fruita</p>	<p><b>26</b> 754 88 31 29</p> <p>Espaguetis integrals a la napolitana amb formatge A1 A7 A9 A10 A14 I11 I7 I6 Aladrocs enfarinats casolans A1 A8 A10 A14 A4 A11 I7 I8 I6 Guarnició: faves saltejades I6 I10 Fruita de temporada</p> <p>- Magre de porc amb salsa teriyaki. Fruita</p>	<p><b>27</b> 602 49 42 26</p> <p>Creïlles forneres amb carabasseta i pimentó gratinades A9 I11 I7 Pollastre rostit I5 I7 I8 Guarnició: panotxa de dacs Fruita de temporada</p> <p>- Amanida de quinoa. Fruita</p>	<p><b>28</b> 699 70 27 34</p> <p>Estofat de cigrons amb xoriç A3 I2 I5 I8 I7 I6 Truita francesa A7 I7 Guarnició: amanida de temporada Fruita ECO</p> <p>- Abadejo al forn amb espàrrecs. Fruita</p>	<p><b>29</b> 703 89 17 29</p> <p>Paella valenciana I8 I5 I7 I6 I10 Hummus d'alvocat amb natxos A3 I6 Guarnició: amanida de temporada Núvol de maduixes casolà A9 I7 I11</p> <p>- Truita d'espinacs i formatge. Fruita</p>

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

A1 - Gluten A2 - Tramús A3 - Diòxid de sofre i sulfits A4 - Mol·lisc A5 - Cacauet A6 - Api A7 - Ous A8 - Peix A9 - Lacti A10 - Mostassa A11 - Crustaci A12 - Sèsam A13 - Fruits de closca A14 - Soja

☞ Quilocalories ☞ Proteïnes ☞ Carbohidrats ☞ Greixos

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

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



Menú sin lacteo - mayo



<p><b>04</b> 671 88 17 27</p> <p>Arroz a la hortelana Tortilla de patatas A7 I7 Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada</p> <p>- Pescado con verduras al papillote. Fruta</p>	<p><b>05</b> 824 95 29 34</p> <p>Sopa de cocido A3 A1 A7 A10 madrileño con fideos con A14 I5 I8 I6 I2 garbanzos I7 <b>Abadejo enharinado casero (maicena)</b> A8 Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada Hamburguesa 100% pollo con champiñones al ajillo</p> <p>- Fajitas de pollo con verduras. Fruta</p>	<p><b>06</b> 610 105 20 12</p> <p>Crema de calabaza y zanahoria ECO Lentejas con verduras de A1 I6 temporada y arroz I9 Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada</p> <p>- Fajitas de pollo con verduras. Fruta</p>	<p><b>07</b> 831 84 44 33</p> <p><b>Macarrones a la napolitana (sin queso)</b> A1 A7 Merluza en salsa verde A1 A8 A10 (AOVE, harina, ajo y perejil) A14 I8 I7 I6 Guarnición: guisantes salteados I6 <b>"Alpro" soja natural</b> A14 A13 A1</p> <p>- Acelgas con huevo y nueces. Fruta</p>	<p><b>08</b> 786 84 40 28</p> <p>Alubias pintas con verduras I6 I10 Ragout de ternera en I5 I11 I7 I8 salsa I6 Guarnición: patata dado Fruta ECO</p> <p>- Bacalao con verduras. Fruta</p>
<p><b>11</b> 593 48 28 32</p> <p>Crema de calabacín y puerro Magro en salsa I2 I5 I8 I7 Guarnición: boniato asado Fruta de temporada</p> <p>- Verduras y salmón al papillote. Fruta</p>	<p><b>12</b> 628 66 31 26</p> <p>Lentejas a la jardinera A1 A3 I9 I6 Tortilla de atún A7 A8 I8 I7 Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada</p> <p>- Pollo con manzana asada y verduras. Fruta</p>	<p><b>13</b> 690 104 18 19</p> <p>Macarrones integrales con A1 A7 A10 pisto de verduras A14 I6 I7 <b>Verduras salteadas con garbanzos especiados con curry (V)</b> A3 Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada</p> <p>- Lomo en salsa con ñoquis. Fruta</p>	<p><b>14</b> 770 89 25 35</p> <p><b>Arroz al curry (arroz salteado con una pizca de curry y daditos de manzana) (sin pasas)</b> Salmón al horno con hierbas y A8 I7 limón I8 Guarnición: ensalada de alubias A3 I6 I10 <b>"Alpro" soja natural</b> A14 A13 A1</p> <p>- Revuelto de jamón y champiñones. Fruta</p>	<p><b>15</b> 646 57 27 33</p> <p>Potaje de garbanzos con espinacas A3 I6 Contramuslo de pollo al I5 I7 chimichurri I8 Guarnición: patatas fritas Fruta ECO</p> <p>- Alcachofas y lubina al horno. Fruta</p>
<p><b>18</b> 836 104 39 26</p> <p><b>Ensalada completa con aguacate</b> <b>Lasaña boloñesa vegetal (sin lácteos)</b> A1 A14 A13 A5 A10 Guarnición: berenjenas A1 A7 A10 molonas rebozadas A14 I6 I7 Fruta de temporada</p> <p>- Crema de verduras con jamón y picatostes</p>	<p><b>19</b> 686 53 25 41</p> <p>Crema de verduras de temporada <b>Lomo de cerdo con salsa de champiñones</b> Guarnición: patatas duquesa Fruta de temporada</p> <p>- Huevos rotos con salmón. Fruta</p>	<p><b>20</b> 657 61 45 23</p> <p>Alubias blancas guisadas con A3 I10 verduras I6 Chuletas de pavo I8 I5 I7 Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada</p> <p>- Calamares enharinados con champiñones</p>	<p><b>21</b> 596 55 30 28</p> <p>Guisado de patatas con verduras de A3 temporada I6 Merluza enharinada A1 A8 A10 A14 I8 casera I7 I6 Guarnición: ensalada con A14 edamames I6 <b>"Alpro" soja natural</b> A14 A13 A1</p> <p>- Ragout de ternera. Fruta</p>	<p><b>22</b> 664 60 27 33</p> <p>Sopa de arroz integral I5 I7 I8 Tortilla de calabacín A7 I7 Guarnición: ensalada de temporada Fruta ECO</p> <p>- Bacalao al horno con ensalada. Fruta</p>
<p><b>25</b> 783 87 36 33</p> <p>Lentejas con verduras ECO A3 A1 I6 I9 Revuelto de patata y A7 A3 I2 I5 I8 bacon I7 Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada</p> <p>- Lasaña boloñesa vegetal (sin lácteos)</p>	<p><b>26</b> 754 88 31 29</p> <p><b>Esoquetis a la napolitana (sin queso)</b> A1 A7 Boquerones A1 A8 A10 A14 A4 enharinados caseros A11 I7 I8 I6 Guarnición: habas salteadas I6 I10 Fruta de temporada</p> <p>- Magro de cerdo en salsa teriyaki. Fruta</p>	<p><b>27</b> 602 49 42 26</p> <p><b>Patatas panaderas con calabacín</b> Pollo asado I5 I7 I8 Guarnición: mazorca de maíz Fruta de temporada</p> <p>- Ensalada de quinoa. Fruta</p>	<p><b>28</b> 699 70 27 34</p> <p>Estofado de garbanzos con A3 I2 I5 I8 chorizo I7 I6 Tortilla francesa A7 I7 Guarnición: ensalada de temporada Fruta ECO</p> <p>- Abadejo al horno con espárragos. Fruta</p>	<p><b>29</b> 703 89 17 29</p> <p>Paella valenciana I8 I5 I7 I6 I10 Hummus de aguacate con nachos A3 I6 Guarnición: ensalada de temporada <b>Vasito "Alpro" soja natural con fresas</b> A14 A13 A1</p> <p>Tortilla de espinacas</p>

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

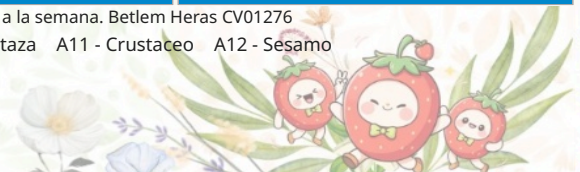
A1 - Gluten A2 - Altramuz A3 - Dioxido de azufre y sulfitos A4 - Molusco A5 - Cacahuete A6 - Apio A7 - Huevos A8 - Pescado A9 - Lacteo A10 - Mostaza A11 - Crustaceo A12 - Sesamo

A13 - Frutos de cascara A14 - Soja

Kilocalorías Proteínas Hidratos Grasas

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

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





Menú sense lacti - maig



<p><b>04</b> 671 88 17 27</p> <p>Arròs a l'hortelana Trita de creïlles A7 I7 Guarnició: amanida de temporada Fruita de temporada</p> <p>- Peix amb verdures al "papillot". Fruita</p>	<p><b>05</b> 824 95 29 34</p> <p>Sopa de fideus A3 A1 A7 A10 A14 I5 amb cigrons I8 I6 I2 I7 Adajejo arrebossat cassolà (maizena) A8 Guarnició: amanida de temporada Fruita de temporada</p> <p>Hamburguesa 100% pollastre amb xampinyons</p>	<p><b>06</b> 610 105 20 12</p> <p>Crema de carabassa i safanòria ECO Llenties amb verdures i arròs A1 I6 I9 Guarnició: amanida de temporada Fruita de temporada</p> <p>- "Fajitas" de pollastre amb verdures. Fruita</p>	<p><b>07</b> 831 84 44 33</p> <p>Macarrons a la napolitana (sense formatge) A1 A7 Lluç en salsa A1 A8 A10 A14 I8 I7 verda I6 Guarnició: pèsols saltats I6 "Alpro" soja natural A14 A13 A1</p> <p>- Bledes amb ou i nous. Fruita</p>	<p><b>08</b> 786 84 40 28</p> <p>Fesols pintes amb verdures I6 I10 Ragout de vedella en I5 I11 I7 I8 salsa I6 Guarnició: creïlla a daus Fruita ECO</p> <p>- Bacallà amb verdures. Fruita</p>
<p><b>11</b> 593 48 28 32</p> <p>Crema de carabasseta i porro Magre en salsa I2 I5 I8 I7 Guarnició: moniato rostit Fruita de temporada</p> <p>- Verdures i salmó al papillot. Fruita</p>	<p><b>12</b> 628 66 31 26</p> <p>Llenties a la jardineria A1 A3 I9 I6 Trita de tonyina A7 A8 I8 I7 Guarnició: amanida de temporada Fruita de temporada</p> <p>- Pollastre amb poma i verdures. Fruita</p>	<p><b>13</b> 690 104 18 19</p> <p>Macarrons integrals amb A1 A7 A10 A14 samfaina I6 I7 Verdures salteïades amb cigrons A3 especiats al curry (V) Guarnició: amanida de temporada Fruita de temporada</p> <p>- Llom en salsa amb gnocchis. Fruita</p>	<p><b>14</b> 770 89 25 35</p> <p>Arròs al curri (arròs saltat amb un pessic de curri i dauets de poma) (sense passes) Salmó al forn amb herbes i llima A8 I7 I8 Guarnició: ensalada de fesols A3 I6 I10 "Alpro" soja natural A14 A13 A1</p> <p>- Regirat de pernil i xampinyons. Fruita</p>	<p><b>15</b> 646 57 27 33</p> <p>Potatge de cigrons amb espinacs A3 I6 Contracuíxa de pollastre al I5 I7 ximixurri I8 Guarnició: creïlles fregides Fruita ECO</p> <p>- Carxofes i llobarro al forn. Fruita</p>
<p><b>18</b> 836 104 39 26</p> <p>Amanida completa amb alvocat Lasanva bolonyesa vegetal A1 A14 A13 (sense làctis) A5 A10 Guarnició: albergínies A1 A7 A10 molones arrebossades A14 I6 I7 Fruita de temporada</p> <p>- Crema de verdures amb pernil i crostons</p>	<p><b>19</b> 686 53 25 41</p> <p>Crema de verdures de temporada Llom de porc amb salsa de xampinyons Guarnició: creïlles duquessa Fruita de temporada</p> <p>- Ous trencats amb salmó. Fruita</p>	<p><b>20</b> 657 61 45 23</p> <p>Guisat de fesols amb verdures A3 I10 I6 Xulles de titot I8 I5 I7 Guarnició: amanida de temporada Fruita de temporada</p> <p>- Calamars enfarinats amb xampinyons</p>	<p><b>21</b> 596 55 30 28</p> <p>Guisat de patates amb verdures de A3 temporada I6 Lluç enfarinat A1 A8 A10 A14 I8 I7 cassolà I6 Guarnició: amanida amb A14 edamames I6 "Alpro" soja natural A14 A13 A1</p> <p>- Ragut de vedella. Fruita</p>	<p><b>22</b> 664 60 27 33</p> <p>Sopa d'arròs integral I5 I7 I8 Trita de carabasseta A7 I7 Guarnició: amanida de temporada Fruita ECO</p> <p>- Bacallà al forn amb amanida. Fruita</p>
<p><b>25</b> 783 87 36 33</p> <p>Llenties amb verdures ECO A3 A1 I6 I9 Regirat d'ou amb creïlla i A7 A3 I2 I5 I8 bacon I7 Guarnició: amanida de temporada Fruita de temporada</p> <p>Lasanya bolonyesa vegetal (sense làctis)</p>	<p><b>26</b> 754 88 31 29</p> <p>Espaquetis a la napolitana (sense formatge) A1 A7 Aladros enfarinats A1 A8 A10 A14 A4 casolans A11 I7 I8 I6 Guarnició: faves salteïades I6 I10 Fruita de temporada</p> <p>- Magre de porc amb salsa teriyaki. Fruita</p>	<p><b>27</b> 602 49 42 26</p> <p>Creïlles forneres amb carabasseta Pollastre rostit I5 I7 I8 Guarnició: panotxa de dacsa Fruita de temporada</p> <p>- Amanida de quinoa. Fruita</p>	<p><b>28</b> 699 70 27 34</p> <p>Estofat de cigrons amb A3 I2 I5 I8 I7 xoriç I6 Trita francesa A7 I7 Guarnició: amanida de temporada Fruita ECO</p> <p>- Abadejo al forn amb espàrrecs. Fruita</p>	<p><b>29</b> 703 89 17 29</p> <p>Paella valenciana I8 I5 I7 I6 I10 Hummus d'alvocat amb natxos A3 I6 Guarnició: amanida de temporada Gotet d'Alpro soja natural amb A14 A13 maduixes A1</p> <p>Trita d'espinacs</p>

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

A1 - Gluten A2 - Tramús A3 - Diòxid de sofre i sulfits A4 - Mol·lisc A5 - Cacauet A6 - Api A7 - Ous A8 - Peix A9 - Lacti A10 - Mostassa A11 - Crustaci A12 - Sèsam A13 - Fruits de closca A14 - Soja

🌿 Quilocalories 🥗 Proteïnes 🍌 Carbohidrats 🧈 Greixos

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

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





Menú Sin Cerdo - mayo



<p><b>04</b> 671 88 17 27</p> <p>Arroz a la hortelana Tortilla de patatas A7 I7 Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada</p> <p>- Pescado con verduras al papillote. Fruta</p>	<p><b>05</b> 824 95 29 34</p> <p>Sopa de verduras con legumbres A1 A7 A3 Bocadillo de calamares a la romana caseros A1 A4 A7 A8 A9 A11 A10 A14 I6 I11 I8 I7 Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada</p> <p>- Hamburguesa vegetal. Fruta</p>	<p><b>06</b> 610 105 20 12</p> <p>Crema de calabaza y zanahoria ECO Lentejas con verduras de temporada y arroz A1 I6 I9 Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada</p> <p>- Fajitas de pollo con verduras. Fruta</p>	<p><b>07</b> 831 84 44 33</p> <p>Mac and cheese (macarrones integrales) A1 A9 A10 A14 A7 I6 I11 I7 Merluza en salsa verde (AOVE, harina, ajo y perejil) A1 A8 A10 A14 I8 I7 I6 Guarnición: guisantes salteados I6 Yogur natural A9 I11 I7</p> <p>- Acelgas con huevo y nueces. Fruta</p>	<p><b>08</b> 786 84 40 28</p> <p>Alubias pintas con verduras I6 I10 Ragout de ternera en salsa I5 I11 I7 I8 I6 Guarnición: patata dado Fruta ECO</p> <p>- Bacalao con crema de calabaza. Fruta</p>
<p><b>11</b> 593 48 28 32</p> <p>Crema de calabacín y puerro Pollo en salsa Guarnición: boniato asado Fruta de temporada</p> <p>- Verduras y salmón al papillote. Fruta</p>	<p><b>12</b> 628 66 31 26</p> <p>Lentejas a la jardinera A1 A3 I9 I6 Tortilla de atún A7 A8 I8 I7 Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada</p> <p>- Pollo con manzana asada y verduras. Fruta</p>	<p><b>13</b> 690 104 18 19</p> <p>Macarrones integrales con pisto de verduras A1 A7 A10 A14 I6 I7 Crispy nuggets caseros de garbanzos con salsa de yogur A1 A3 A5 A9 A13 A14 I11 I7 I6 Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada</p> <p>Gratén de patatas, verduras y queso</p>	<p><b>14</b> 770 89 25 35</p> <p>Arroz al curry (arroz salteado con una pizca de curry, pasas y daditos de manzana) A3 A5 A9 A13 A14 I6 I11 I7 Salmón al horno con hierbas y limón A8 I7 I8 Guarnición: ensalada de alubias A3 I6 I10 Yogur artesano valenciano A9 I11 I7</p> <p>Revuelto de huevo con champiñón</p>	<p><b>15</b> 646 57 27 33</p> <p>Potaje de garbanzos con espinacas A3 I6 Contramuslo de pollo al chimichurri I5 I7 I8 Guarnición: patatas fritas Fruta ECO</p> <p>- Alcachofas y lubina al horno. Fruta</p>
<p><b>18</b> 836 104 39 26</p> <p>Ensalada completa (lechuga, tomate, zanahoria, maíz, queso fresco y aguacate) A9 I11 I7 Lasaña casera de soja texturizada A9 A1 A14 A13 A10 A12 I11 I7 I6 Guarnición: berenjenas molonas rebozadas A1 A7 A10 A14 I6 I7 Fruta de temporada</p> <p>- Verduras y salmón al papillote. Fruta</p>	<p><b>19</b> 686 53 25 41</p> <p>Crema de verduras de temporada Pavo en salsa de nata y pimiento A9 Guarnición: patatas duquesa Fruta de temporada</p> <p>- Huevos rotos con salmón. Fruta</p>	<p><b>20</b> 657 61 45 23</p> <p>Alubias blancas guisadas con verduras A3 I10 I6 Chuletas de pavo I8 I5 I7 Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada</p> <p>- Calamares enharinados con champiñones</p>	<p><b>21</b> 596 55 30 28</p> <p>Guisado de patatas con verduras de temporada A3 I6 Merluza enharinada casera A1 A8 A10 A14 I8 I7 I6 Guarnición: ensalada con edamames A14 I6 Yogur natural A9 I11 I7</p> <p>- Ragout de ternera. Fruta</p>	<p><b>22</b> 664 60 27 33</p> <p>Sopa de arroz integral I5 I7 I8 Tortilla de calabacín A7 I7 Guarnición: ensalada de temporada Fruta ECO</p> <p>- Bacalao al horno con ensalada. Fruta</p>
<p><b>25</b> 783 87 36 33</p> <p>Lentejas con verduras ECO A3 A1 I6 I9 Revuelto de patata A7 Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada</p> <p>- Lasaña de calabacín y soja text. Fruta</p>	<p><b>26</b> 754 88 31 29</p> <p>Espaguetis integrales a la napolitana con queso A1 A7 A9 A10 A14 I11 I7 I6 Boquerones enharinados caseros A1 A8 A10 A14 A4 A11 I7 I8 I6 Guarnición: habas salteadas I6 I10 Fruta de temporada</p> <p>Wok vegetal con taquitos de queso fresco</p>	<p><b>27</b> 602 49 42 26</p> <p>Patatas panaderas con calabacín y pimiento gratinadas A9 I11 I7 Pollo asado I5 I7 I8 Guarnición: mazorca de maíz Fruta de temporada</p> <p>- Ensalada de quinoa. Fruta</p>	<p><b>28</b> 699 70 27 34</p> <p>Potaje de garbanzos con verduras A3 Tortilla francesa A7 I7 Guarnición: ensalada de temporada Fruta ECO</p> <p>- Abadejo al horno con espárragos. Fruta</p>	<p><b>29</b> 703 89 17 29</p> <p>Paella valenciana I8 I5 I7 I6 I10 Hummus de aguacate con nachos A3 I6 Guarnición: ensalada de temporada Nube de fresas casero A9 I7 I11</p> <p>- Tortilla de espinacas y queso. Fruta</p>

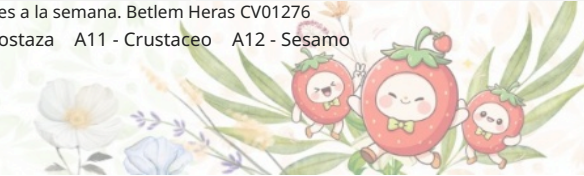
La recomendación de la cena son los platos detallados en la franja azul inferior. El menú diario va acompañado de una ración de pan, ofreciéndose pan integral mínimo 2 veces a la semana. Betlem Heras CV01276

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

Kilocalorías Proteínas Hidratos Grasas

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

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





<p><b>04</b> <span>671 88 17 27</span></p> <p>Arròs a l'hortelana</p> <p>Truita de creïlles <b>A7 I7</b></p> <p>Guarnició: amanida de temporada</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>- Peix amb verdures al "papillot". Fruita</p>	<p><b>05</b> <span>824 95 29 34</span></p> <p><b>Sopa de verdures amb llegums</b> <b>A1 A7 A3</b></p> <p>Entrepà de calamars a la romana <b>A1 A4 A7 A8 A9 A11 A10 A14 I6 I11 I8 I7</b></p> <p>casolans</p> <p>Guarnició: amanida de temporada</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>- Hamburguesa vegetal. Fruita</p>	<p><b>06</b> <span>610 105 20 12</span></p> <p>Crema de carabassa i safanòria ECO</p> <p>Llenties amb verdures i arròs <b>A1 I6 I9</b></p> <p>Guarnició: amanida de temporada</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>- "Fajitas" de pollastre amb verdures. Fruita</p>	<p><b>07</b> <span>831 84 44 33</span></p> <p>Mac and cheese <b>A1 A9 A10 A14 A7 I6 I11 I7</b> (macarrons integrals)</p> <p>Lluç en salsa <b>A1 A8 A10 A14 I8 I7 I6</b> verda</p> <p>Guarnició: pèsols saltats <b>I6</b></p> <p>Iogurt natural <b>A9 I11 I7</b></p> <p>- Bledes amb ou i nous. Fruita</p>	<p><b>08</b> <span>786 84 40 28</span></p> <p>Fesols pintes amb verdures <b>I6 I10</b></p> <p>Ragout de vedella en salsa <b>I5 I11 I7 I8 I6</b></p> <p>Guarnició: creïlla a daus</p> <p>Fruita ECO</p> <p>- Bacallà amb crema de carabassa. Fruita</p>
<p><b>11</b> <span>593 48 28 32</span></p> <p>Crema de carabasseta i porro</p> <p><b>Pollastre amb salsa</b></p> <p>Guarnició: moniato rostit</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>- Verdures i salmó al papillot. Fruita</p>	<p><b>12</b> <span>628 66 31 26</span></p> <p>Llenties a la jardineria <b>A1 A3 I9 I6</b></p> <p>Truita de tonyina <b>A7 A8 I8 I7</b></p> <p>Guarnició: amanida de temporada</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>- Pollastre amb poma i verdures. Fruita</p>	<p><b>13</b> <span>690 104 18 19</span></p> <p>Macarrons integrals amb samfaina <b>A1 A7 A10 A14 I6 I7</b></p> <p>Crispy nuggets casolans de cigrons amb salsa de iogurt <b>A1 A3 A5 A9 A13 A14 I11 I7 I6</b></p> <p>Guarnició: amanida de temporada</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Creïlles gratinades, verdures i formatge</p>	<p><b>14</b> <span>770 89 25 35</span></p> <p>Arròs al curri (arròs saltat amb curri, passes i poma) <b>A3 A5 A9 A13 A14 I6 I11 I7</b></p> <p>Salmó al forn amb herbes i llima <b>A8 I7 I8</b></p> <p>Guarnició: ensalada de fesols <b>A3 I6 I10</b></p> <p>Iogurt artesà valencià <b>A9 I11 I7</b></p> <p>Remenat d'ou amb xampinyó</p>	<p><b>15</b> <span>646 57 27 33</span></p> <p>Potatge de cigrons amb espinacs <b>A3 I6</b></p> <p>Contracuíxa de pollastre al ximixurri <b>I5 I7 I8</b></p> <p>Guarnició: creïlles fregides</p> <p>Fruita ECO</p> <p>- Carxofes i llobarro al forn. Fruita</p>
<p><b>18</b> <span>836 104 39 26</span></p> <p>Amanida completa (encisam, tomaca, carlota, dacs, formatge fresc i alvocat) <b>A9 A11 I7</b></p> <p>Lasanya casolana de soja texturitzada <b>A9 A1 A14 A13 A10 A12 I11 I7 I6</b></p> <p>Guarnició: albergínies molones arrebossades <b>A1 A7 A10 A14 I6 I7</b></p> <p>Fruita de temporada</p> <p>- Verdures i salmó al papillot. Fruita</p>	<p><b>19</b> <span>686 53 25 41</span></p> <p>Crema de verdures de temporada</p> <p><b>Polít amb salsa de nata i pimentó</b> <b>A9</b></p> <p>Guarnició: creïlles duquessa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>- Ous trencats amb salmó. Fruita</p>	<p><b>20</b> <span>657 61 45 23</span></p> <p>Guisat de fesols amb verdures <b>A3 I10 I6</b></p> <p>Xulles de titot <b>I8 I5 I7</b></p> <p>Guarnició: amanida de temporada</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Calamars enfarinats amb xampinyons</p>	<p><b>21</b> <span>596 55 30 28</span></p> <p>Guisat de patates amb verdures de temporada <b>A3 I6</b></p> <p>Lluç enfarinat <b>A1 A8 A10 A14 I8 I7 I6</b> cassolà</p> <p>Guarnició: amanida amb edamames <b>A14 I6</b></p> <p>Iogurt natural <b>A9 I11 I7</b></p> <p>- Ragut de vedella. Fruita</p>	<p><b>22</b> <span>664 60 27 33</span></p> <p>Sopa d'arròs integral <b>I5 I7 I8</b></p> <p>Truita de carabasseta <b>A7 I7</b></p> <p>Guarnició: amanida de temporada</p> <p>Fruita ECO</p> <p>- Bacallà al forn amb amanida. Fruita</p>
<p><b>25</b> <span>783 87 36 33</span></p> <p>Llenties amb verdures ECO <b>A3 A1 I6 I9</b></p> <p><b>Remenat de creïlla</b> <b>A7</b></p> <p>Guarnició: amanida de temporada</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>- Lasanya de carabasseta i soja texturada. Fruita</p>	<p><b>26</b> <span>754 88 31 29</span></p> <p>Espaguetis integrals a la napolitana amb formatge <b>A1 A7 A9 A10 A14 I11 I7 I6</b></p> <p>Aladros enfarinats casolans <b>A1 A8 A10 A14 A4 A11 I7 I8 I6</b></p> <p>Guarnició: faves saltejades <b>I6 I10</b></p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Wok de vegetals amb daus de formatge fresc</p>	<p><b>27</b> <span>602 49 42 26</span></p> <p>Creïlles forneres amb carabasseta i pimentó gratinades <b>A9 I11 I7</b></p> <p>Pollastre rostit <b>I5 I7 I8</b></p> <p>Guarnició: panotxa de dacs</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>- Amanida de quinoa. Fruita</p>	<p><b>28</b> <span>699 70 27 34</span></p> <p><b>Potatge de cigrons amb verdures</b> <b>A3</b></p> <p>Truita francesa <b>A7 I7</b></p> <p>Guarnició: amanida de temporada</p> <p>Fruita ECO</p> <p>- Abadejo al forn amb espàrrecs. Fruita</p>	<p><b>29</b> <span>703 89 17 29</span></p> <p>Paella valenciana <b>I8 I5 I7 I6 I10</b></p> <p>Hummus d' alvocat amb natxos <b>A3 I6</b></p> <p>Guarnició: amanida de temporada</p> <p>Núvol de maduixes casolà <b>A9 I7 I11</b></p> <p>- Truita d'espinacs i formatge. Fruita</p>

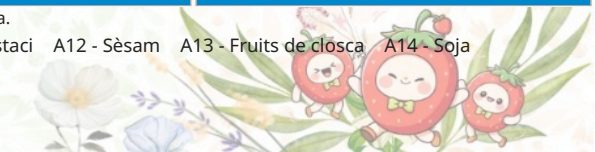
La recomanació del sopar són els plats detallats en la franja blava inferior. El menú diari va acompanyat d'una ració de pa, oferint-se pa integral mínim 2 vegades a la setmana.

A1 - Gluten A2 - Tramús A3 - Diòxid de sofre i sulfits A4 - Mol·lisc A5 - Cacauet A6 - Api A7 - Ous A8 - Peix A9 - Lacti A10 - Mostassa A11 - Crustaci A12 - Sèsam A13 - Fruits de closca A14 - Soja

Quilocalories Proteïnes Carbohidrats Greixos

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

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





Menú Sin Carne - mayo



<p><b>04</b> 671 88 17 27</p> <p>Arroz a la hortelana Tortilla de patatas A7 I7 Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada</p> <p>- Pescado con verduras al papillote. Fruta</p>	<p><b>05</b> 824 95 29 34</p> <p>Sopa de verduras con legumbres A1 A7 A3 Bocadillo de calamares a la romana caseros A1 A4 A7 A8 A9 A11 A10 A14 I6 I11 I8 I7 Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada</p> <p>- Hamburguesa vegetal. Fruta</p>	<p><b>06</b> 610 105 20 12</p> <p>Crema de calabaza y zanahoria ECO Lentejas con verduras de temporada y arroz A1 I6 I9 Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada</p> <p>Fajitas con boloñesa vegetal (soja texturizada)</p>	<p><b>07</b> 831 84 44 33</p> <p>Mac and cheese (macarrones integrales) A1 A9 A10 A14 A7 I6 I11 I7 Merluza en salsa verde (AOVE, harina, ajo y perejil) A1 A8 A10 A14 I8 I7 I6 Guarnición: guisantes salteados I6 Yogur natural A9 I11 I7</p> <p>- Alcelgas con huevo y nueces. Fruta</p>	<p><b>08</b> 786 84 40 28</p> <p>Alubias pintas con verduras I6 I10 Bacalao en salsa de cebolla, tomate y zanahoria A8 Guarnición: patata dado Fruta ECO</p> <p>- Bacalao con crema de calabaza. Fruta</p>
<p><b>11</b> 593 48 28 32</p> <p>Crema de calabacín y puerro Merluza en salsa A8 Guarnición: boniato asado Fruta de temporada</p> <p>- Verduras y salmón al papillote. Fruta</p>	<p><b>12</b> 628 66 31 26</p> <p>Lentejas a la jardinera A1 A3 I9 I6 Tortilla de atún A7 A8 I8 I7 Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada</p> <p>Champiñones y calabacín rehogados con soja texturizada (V)</p>	<p><b>13</b> 690 104 18 19</p> <p>Macarrones integrales con pisto de verduras A1 A7 A10 A14 I6 I7 Crispy nuggets caseros de garbanzos con salsa de yogur A1 A3 A5 A9 A13 A14 I11 I7 I6 Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada</p> <p>Gratén de patatas, verduras y queso</p>	<p><b>14</b> 770 89 25 35</p> <p>Arroz al curry (arroz salteado con una pizca de curry, pasas y daditos de manzana) A3 A5 A9 A13 A14 I6 I11 I7 Salmón al horno con hierbas y limón A8 I7 I8 Guarnición: ensalada de alubias A3 I6 I10 Yogur artesano valenciano A9 I11 I7</p> <p>Revuelto de huevo con champiñón</p>	<p><b>15</b> 646 57 27 33</p> <p>Potaje de garbanzos con espinacas A3 I6 Tosta integral de tomate y atún A1 A8 Guarnición: patatas fritas Fruta ECO</p> <p>- Alcachofas y lubina al horno. Fruta</p>
<p><b>18</b> 836 104 39 26</p> <p>Ensalada completa (lechuga, tomate, zanahoria, maíz, queso fresco y aguacate) A9 I11 I7 Lasaña casera de soja texturizada A9 A1 A14 A13 A10 A12 I11 I7 I6 Guarnición: berenjenas molonas rebozadas A1 A7 A10 A14 I6 I7 Fruta de temporada</p> <p>- Verduras y salmón al papillote. Fruta</p>	<p><b>19</b> 686 53 25 41</p> <p>Crema de verduras de temporada Revuelto de champiñones A7 A3 Guarnición: patatas duquesa Fruta de temporada</p> <p>- Huevos rotos con salmón. Fruta</p>	<p><b>20</b> 657 61 45 23</p> <p>Alubias blancas guisadas con verduras A3 I10 I6 Tortilla francesa con ensalada ecológica A7 Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada</p> <p>- Calamares enharinados con champiñones</p>	<p><b>21</b> 596 55 30 28</p> <p>Guisado de patatas con verduras de temporada A3 I6 Merluza enharinada casera A1 A8 A10 A14 I8 I7 I6 Guarnición: ensalada con edamames A14 I6 Yogur natural A9 I11 I7</p> <p>- Cous cous vegetal. Fruta</p>	<p><b>22</b> 664 60 27 33</p> <p>Sopa de verduras con arroz A6 Tortilla de calabacín A7 I7 Guarnición: ensalada de temporada Fruta ECO</p> <p>- Bacalao al horno con ensalada. Fruta</p>
<p><b>25</b> 783 87 36 33</p> <p>Lentejas con verduras ECO A3 A1 I6 I9 Revuelto de patata A7 Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada</p> <p>- Lasaña de calabacín y soja text. Fruta</p>	<p><b>26</b> 754 88 31 29</p> <p>Espaguetis integrales a la napolitana con queso A1 A7 A9 A10 A14 I11 I7 I6 Boquerones enharinados caseros A1 A8 A10 A14 A4 A11 I7 I8 I6 Guarnición: habas salteadas I6 I10 Fruta de temporada</p> <p>Wok vegetal con taquitos de queso fresco</p>	<p><b>27</b> 602 49 42 26</p> <p>Patatas panaderas con calabacín y pimiento gratinadas A9 I11 I7 Bacalao al horno A8 Guarnición: mazorca de maíz Fruta de temporada</p> <p>- Ensalada de quinoa. Fruta</p>	<p><b>28</b> 699 70 27 34</p> <p>Potaje de garbanzos con verduras A3 Tortilla francesa A7 I7 Guarnición: ensalada de temporada Fruta ECO</p> <p>- Abadejo al horno con espárragos. Fruta</p>	<p><b>29</b> 703 89 17 29</p> <p>Paella de verduras Hummus de aguacate con nachos A3 I6 Guarnición: ensalada de temporada Nube de fresas casero A9 I7 I11</p> <p>- Tortilla de espinacas y queso. Fruta</p>

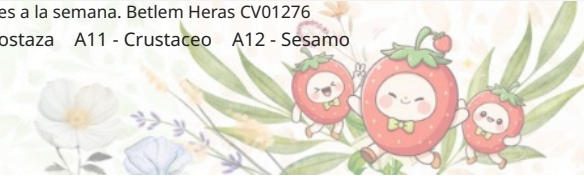
La recomendación de la cena son los platos detallados en la franja azul inferior. El menú diario va acompañado de una ración de pan, ofreciéndose pan integral mínimo 2 veces a la semana. Betlem Heras CV01276

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

Kilocalorías Proteínas Hidratos Grasas

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

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





<p><b>04</b> 671 88 17 27</p> <p>Arròs a l'hortelana Truita de creïlles A7 I7 Guarnició: amanida de temporada Fruita de temporada</p> <p>- Peix amb verdures al "papillot". Fruita</p>	<p><b>05</b> 824 95 29 34</p> <p><b>Sopa de verdures amb llegums</b> A1 A7 A3 Entrepà de calamars A1 A4 A7 A8 A9 a la romana A11 A10 A14 I6 I11 casolans I8 I7 Guarnició: amanida de temporada Fruita de temporada</p> <p>- Hamburguesa vegetal. Fruita</p>	<p><b>06</b> 610 105 20 12</p> <p>Crema de carabassa i safanòria ECO Llenties amb verdures i arròs A1 I6 I9 Guarnició: amanida de temporada Fruita de temporada</p> <p><b>Fajites amb bolonyesa vegetal (soja texturitzada)</b></p>	<p><b>07</b> 831 84 44 33</p> <p>Mac and cheese A1 A9 A10 A14 (macarrons integrals) A7 I6 I11 I7 Lluç en salsa A1 A8 A10 A14 I8 I7 verda I6 Guarnició: pèsols saltats I6 Iogurt natural A9 I11 I7</p> <p>- Bledes amb ou i nous. Fruita</p>	<p><b>08</b> 786 84 40 28</p> <p>Fesols pintes amb verdures I6 I10 <b>Bacallà amb salsa de ceba, tomata i carlota</b> A8 Guarnició: creïlla a daus Fruita ECO</p> <p>- Bacallà amb crema de carabassa. Fruita</p>
<p><b>11</b> 593 48 28 32</p> <p>Crema de carabasseta i porro <b>Lluç en salsa</b> A8 Guarnició: moniato rostit Fruita de temporada</p> <p>- Verdures i salmó al papillot. Fruita</p>	<p><b>12</b> 628 66 31 26</p> <p>Llenties a la jardineria A1 A3 I9 I6 Truita de tonyina A7 A8 I8 I7 Guarnició: amanida de temporada Fruita de temporada</p> <p><b>Xampinyons i carabasseta saltejats amb soia texturitzada (V)</b></p>	<p><b>13</b> 690 104 18 19</p> <p>Macarrons integrals amb A1 A7 A10 A14 samfaina I6 I7 Crispy nuggets casolans A1 A3 A5 A9 de cigrons amb salsa de A13 A14 I11 iogurt I7 I6 Guarnició: amanida de temporada Fruita de temporada</p> <p><b>Creïlles gratinades, verdures i formatge</b></p>	<p><b>14</b> 770 89 25 35</p> <p>Arròs al curri (arròs saltat A3 A5 A9 A13 amb curri, passes i poma) A14 I6 I11 I7 Salmó al forn amb herbes i llima A8 I7 I8 Guarnició: ensalada de fesols A3 I6 I10 Iogurt artesà valencià A9 I11 I7</p> <p><b>Remenat d'ou amb xampinyó</b></p>	<p><b>15</b> 646 57 27 33</p> <p>Potatge de cigrons amb espinacs A3 I6 <b>Tosta integral de tomaca i tonyina</b> A1 A8 Guarnició: creïlles fregides Fruita ECO</p> <p>- Carxofes i llobarro al forn. Fruita</p>
<p><b>18</b> 836 104 39 26</p> <p>Amanida completa (encisam, tomaca, A9 carlota, dacs, formatge fresc i I11 alvocat) I7 Lasanya casolana de A9 A1 A14 A13 soja texturitzada A10 A12 I11 I7 I6 Guarnició: albergínies A1 A7 A10 molones arrebossades A14 I6 I7 Fruita de temporada</p> <p>- Verdures i salmó al papillot. Fruita</p>	<p><b>19</b> 686 53 25 41</p> <p>Crema de verdures de temporada <b>Ou remenat amb xampinyons</b> A7 A3 Guarnició: creïlles duquessa Fruita de temporada</p> <p>- Ous trencats amb salmó. Fruita</p>	<p><b>20</b> 657 61 45 23</p> <p>Guisat de fesols amb verdures A3 I10 I6 <b>Truita francesa amb amanida ecològica</b> A7 Guarnició: amanida de temporada Fruita de temporada</p> <p><b>Calamars enfarinats amb xampinyons</b></p>	<p><b>21</b> 596 55 30 28</p> <p>Guisat de patates amb verdures de A3 temporada I6 Lluç enfarinat A1 A8 A10 A14 I8 I7 cassolà I6 Guarnició: amanida amb A14 edamames I6 Iogurt natural A9 I11 I7</p> <p>- Cous cous vegetal. Fruita</p>	<p><b>22</b> 664 60 27 33</p> <p><b>Sopa de verdures amb arròs</b> A6 Truita de carabasseta A7 I7 Guarnició: amanida de temporada Fruita ECO</p> <p>- Bacallà al forn amb amanida. Fruita</p>
<p><b>25</b> 783 87 36 33</p> <p>Llenties amb verdures ECO A3 A1 I6 I9 <b>Remenat de creïlla</b> A7 Guarnició: amanida de temporada Fruita de temporada</p> <p>- Lasanya de carabasseta i soja texturada. Fruita</p>	<p><b>26</b> 754 88 31 29</p> <p>Espaguets integrals a la A1 A7 A9 A10 napolitana amb formatge A14 I11 I7 I6 Aladros enfarinats A1 A8 A10 A14 A4 casolans A11 I7 I8 I6 Guarnició: faves saltejades I6 I10 Fruita de temporada</p> <p><b>Wok de vegetals amb daus de formatge fresc</b></p>	<p><b>27</b> 602 49 42 26</p> <p>Creïlles forneres amb carabasseta i A9 pimentó gratinades I11 I7 <b>Bacallà al forn</b> A8 Guarnició: panotxa de dacs Fruita de temporada</p> <p>- Amanida de quinoa. Fruita</p>	<p><b>28</b> 699 70 27 34</p> <p><b>Potatge de cigrons amb verdures</b> A3 Truita francesa A7 I7 Guarnició: amanida de temporada Fruita ECO</p> <p>- Abadejo al forn amb espàrrecs. Fruita</p>	<p><b>29</b> 703 89 17 29</p> <p><b>Paella de verdures</b> Hummus d' alvocat amb natxos A3 I6 Guarnició: amanida de temporada Núvol de maduixes casolà A9 I7 I11</p> <p>- Truita d'espinacs i formatge. Fruita</p>

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

A1 - Gluten A2 - Tramús A3 - Diòxid de sofre i sulfits A4 - Mol·lisc A5 - Cacauet A6 - Api A7 - Ous A8 - Peix A9 - Lacti A10 - Mostassa A11 - Crustaci A12 - Sèsam A13 - Fruits de closca A14 - Soja

Quilocalories Proteïnes Carbohidrats Greixos

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

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

