



01	717 90 30 26
Ensalada con fruta	
Lentejas con calabaza y arroz integral	A1 I6 I9
Huevos a la flamenca	A7 I6 I7
Fruta	
- Jamón con calabacín a la plancha y tosta. Fruta	

02	596 62 23 28
Ensalada con aceitunas	
Crema de cebolla y zanahoria ECO, patata y picatostes caseros	A1
Gallo San Pedro con pisto	A8 I7 I8
Fruta	
- Alas de pollo con bastones de boniato. Fruta	

03	718 83 30 26
Ensalada con fruta	
Fabada	A3 A9 A13 A14 I10 I5 I2 I8 I7 I6 I11
Pizza margarita (masa artesana)	A9 A1 A14 I6 I7 I11
Yogur artesano valenciano	A9 I11 I7
- Crema de zanahoria y tortilla. Fruta	

04	799 100 19 20
Ensalada de verduras de temporada	
Paella de otoño con verduras y champiñones	
Ensaladilla rusa con atún y huevo duro	A8 A7 I6 I7 I8
Fruta	
- Lasaña de calabacín y soja text. Fruta	

07	601 53 19 35
Ensalada de verduras de temporada	
Guisado de patatas con verduras de temporada y majado	A3 A5 A13 A1 A9 A10 A14 I11 I6
Tortilla de queso con tomate grillé	A1 A9 A10 A14 A7 I7 I11 I6
Fruta	
- Albóndigas en salsa zanahoria. Fruta	

08	820 121 24 26
Chips de verduras con guacamole	
Arroz al horno	A3 A9 A13 I2 I8 I6 I7 I5 I11
Tosta de tomate y atún	A1 A8 I8 I7
Fruta	
- Abadejo al horno con espárragos verdes. Fruta	



10	784 86 35 31
Ensalada con fruta	
Macarrones integrales con boloñesa vegetal	A1 A14 A7 A10 A12 A13 I6
Merluza a la andaluza (casera) con salteado thai	A1 A8 A10 A14 I6 I8 I7
Fruta	
- Champiñones al ajillo y revuelto. Fruta	

11	694 72 29 27
Coleslaw	A7 I7
Crema de verduras y legumbres	A3 A1 I6 I9 I10
Pollo al curry con cous cous	A1 A10 A14 I8 I7 I5 I6
Fruta	
- Quiche de verduras. Fruta	

14	711 84 19 33
Ensalada con fruta	
Espaguetis	A1 A7 A3 A4 A8 A9 A11
Frutti di Mare	A13 A14 I7 I8 I11 I6
Croquetas de pollo de la abuela	A1 A4 A7 A8 A9 A11 A14 I6 I5 I11 I8 I7 I2
Fruta	
- Salteado de guisantes con bacon. Fruta	

15	561 53 15 31
Ensalada con aceitunas	
Crema de verduras de temporada	
Tortilla de patata con rollito de pavo	A7 I5 I8 I7
Fruta	
- Brocheta de salmón con verduras. Fruta	

16	673 75 38 25
Ensalada con fruta	
Lentejas con verduras	A1 A3 I6 I9
Pollo asado a la miel con pimiento italiano	I5 I8 I7
Fruta	
- Crema y panini de jamón con queso. Fruta	

17	828 64 34 48
Ensalada de verduras de temporada	
Cozido à portuguesa	A3 A9 A13 A14 I5 I2 I8 I7 I11 I6 I10
Bacalhau à bras	A7 A8 I8 I7
Bolinhas	A1 A7 A9 A10 A13 A14 I11 I7 I6
- Pavo asado con piña. Fruta	

18	828 97 24 37
Queso de untar con picos camperos	A1 A12 A14 A7 A9 I7 I6 I11
Ensalada completa con atún	A8 I8 I7
Lasaña casera boloñesa	A1 A9 A3 A14 A10 A7 I8 I7 I5 I2 I11 I6
Fruta	
- Crema de zanahoria y tortilla. Fruta	

21	680 80 22 29
Ensalada de verduras de temporada	
Espaguetis con salsa de calabaza gratinados	A9 A1 A7 I7 I11
Tortilla de pavo	A7 I11 I5 I6 I8 I7
Fruta	
- Berenjena rellena. Fruta	

22	601 46 28 33
Ensalada con fruta	
Sopa de fideos con garbanzos	A3 A1 A7 I7 I5 I8 I6
Merluza en salsa de tomate con judías verdes	A4 A8 A11 I7 I6 I8
Fruta	
- Chuletas de pavo con col al pimentón. Fruta	

23	614 58 23 32
Ensalada de verduras de temporada	
Crema de calabacín y zanahoria ECO	
Hamburguesa 100% pollo con patatas	I5 I6 I8 I7
Fruta	
- Coliflor especiada con atún. Fruta	

24	695 63 32 24
Ensalada de verduras de temporada	
Arroz con sepietas	A3 A4 A8 A11 I8 I7
Huevos bellavista	A7 A8 I8 I7
Yogur	A9 I7 I11
- Crema de verduras con jamón y picatostes	

25	680 74 29 30
Ensalada con fruta	
Lentejas a la jardinera	A1 A3 I9 I6
Escalope de cerdo empanado	A1 I5 I2 I6 I8 I7
Fruta	
- Bacalao gratinado con ensalada. Fruta	

28	747 77 26 36
Ensalada de verduras de temporada	
Puré de verduras de temporada	
Alitas de pollo con salsa barbacoa casera y mazorca de maíz	A1 A14 I6 I5 I8 I7
Fruta	
- Rodaja de merluza con pisto y cous cous. Fruta	

29	727 87 27 29
Ensalada con fruta	
Garbanzos con espinacas	A3 I6
Tortilla francesa con "pan tumaca integral"	A1 A7 I7
Fruta	
- Ragut de magro con tomates cherry. Fruta	

30	670 80 26 27
Ensalada de verduras de temporada	
Macarrones ECO con tomate, brócoli y queso	A1 A9 I7 I11
Bacalao gratinado con all i oli	A7 A8 I7 I8
Fruta	
- Tostada de huevo con aguacate. Fruta	

31	809 80 22 44
Cementero de hummus con nachos	A9 I6 I11
Crema de remolacha con telarañas	A9 I11 I7
Sajchichas momificadas	A1 A7 A9 A13 A14 I8 I7 I5 I2 I11 I6
Profiteroles ensangrentados	A1 A7 A9 A14 A13 I11 I7 I6
Pizza casera capresse	



La recomendación de cena son los platos detallados en la franja azul inferior. El menú diario va acompañado de una ración de pan, ofreciéndose pan integral mínimo dos veces 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 I11 - APLV I5 - Carne I2 - Cerdo I6 - Legumbres I9 - Lentejas I8 - No apto ovolactovegetariano I7 - No apto vegano



01	717 90 30 26
Amanida amb fruita	
Llenties amb carabassa i arròs integral	A1 I6 I9
Ous a la flamenca	A7 I6 I7
Fruita	
- Pernil amb carabasseta a la planxa i tosta. Fruita	

02	596 62 23 28
Amanida amb olives	
Crema de ceba i carlota ECO, creïlla i crostons casolans	A1
Gall Sant Pere amb sanfaina	A8 I7 I8
Fruita	
- Ales de pollastre amb bastons de moniato. Fruita	

03	718 83 30 26
Amanida amb fruita	
"Fabada"	A3 A9 A13 A14 I10 I5 I2 I8 I7 I6 I11
Pizza margarita (massa artesana)	A9 A1 A14 I6 I7 I11
Iogurt artesà valencià	A9 I11 I7
- Crema de carlota i truita. Fruita	

04	799 100 19 20
Amanida de verdures de temporada	
Paella de tador amb verdures i xampinyons	
Ensalada russa amb tonyina i ou dur	A8 A7 I6 I7 I8
Fruita	
- Lasanya de carabasseta i soja texturada. Fruita	

07	601 53 19 35
Amanida de verdures de temporada	
Guisat de creïlles amb verdures de temporada i picada	A3 A5 A13 A1 A9 A10 A14 I11 I6
Truita de formatge amb tomaca grillé	A1 A9 A10 A14 A7 I7 I11 I6
Fruita	
- Mandonguilles en salsa de carlota. Fruita	

08	820 121 24 26
Chips de verdures amb guacamole	
Arròs al forn	A3 A9 A13 I2 I8 I6 I7 I5 I11
Tosta de tomaca natural i tonyina	A1 A8 I8 I7
Fruita	
- Abadejo al forn amb espàrrecs verds. Fruita	



10	784 86 35 31
Amanida amb fruita	
Macarrons integrals amb bolonyesa vegetal	A1 A14 A7 A10 A12 A13 I6
Lluç a l'andalusa (casolana) amb saltat thai	A1 A8 A10 A14 I6 I8 I7
Fruita	
Xampinyons amb allada i ou regirat. Fruita	

11	694 72 29 27
Coleslaw	A7 I7
Crema de llegums i verdures	A3 A1 I6 I9 I10
Pollastre al curri amb cous cous	A1 A10 A14 I8 I7 I5 I6
Fruita	
- Quiche de verdures. Fruita	

14	711 84 19 33
Amanida amb fruita	
Espaguetis Frutti di Mare	A1 A7 A3 A4 A8 A9 A11 A13 A14 I7 I8 I11 I6
Croquetes de pollastres de la iaia	A1 A4 A7 A8 A9 A11 A14 I6 I5 I11 I8 I7 I2
Fruita	
-Saltejat de pèsols amb bacon. Fruita	

15	561 53 15 31
Amanida amb olives	
Crema de verdures de temporada	
Truita de creïlla amb rotllet de titot	A7 I5 I8 I7
Fruita	
- Broqueta de salmó amb verdures. Fruita	

16	673 75 38 25
Amanida amb fruita	
Llenties amb verdures	A1 A3 I6 I9
Pollastre rostit a la mel amb pebrot italià	I5 I8 I7
Fruita	
- Crema i panini de pernil amb formatge. Fruita	

17	828 64 34 48
Amanida de verdures de temporada	
Cozido à portuguesa	A3 A9 A13 A14 I5 I2 I8 I7 I11 I6 I10
Bacalhau à bras	A7 A8 I8 I7
Bolinhas	A1 A7 A9 A10 A13 A14 I11 I7 I6
- Gall d'indi amb pinya. Fruita	

18	828 97 24 37
Formatge d'untar amb pics campers	A1 A12 A14 A7 A9 I7 I6 I11
Amanida completa amb tonyina	A8 I8 I7
Lasanya cassolana bolonyesa	A1 A9 A3 A14 A10 A7 I8 I7 I5 I2 I11 I6
Fruita	
- Crema de carlota i truita. Fruita	

21	680 80 22 29
Amanida de verdures de temporada	
Espaguetis amb salsa de carabassa gratinats	A9 A1 A7 I7 I11
Truita de gall dindi	A7 I11 I5 I6 I8 I7
Fruita	
- Albergínia farcida. Fruita	

22	601 46 28 33
Amanida amb fruita	
Sopa de fideus amb cigrons	A3 A1 A7 I7 I5 I8 I6
Lluç amb salsa de tomaca i mongetes verdes	A4 A8 A11 I7 I6 I8
Fruita	
- Xulles de pavo amb col al pebre roig. Fruita	

23	614 58 23 32
Amanida de verdures de temporada	
Crema de carabasseta i carlota ECO	
Hamburguesa 100% pollastre amb creïlles	I5 I6 I8 I7
Fruita	
- Coliflor especiats amb tonyina. Fruita	

24	695 63 32 24
Amanida de verdures de temporada	
Arròs amb sepietes	A3 A4 A8 A11 I8 I7
Ous bellavista	A7 A8 I8 I7
Iogurt	A9 I7 I11
- Crema de verdures amb pernil i crostons	

25	680 74 29 30
Amanida amb fruita	
Llenties a la jardinera	A1 A3 I9 I6
Escalop de porc empanat	A1 I5 I2 I6 I8 I7
Fruita	
- Bacallà gratinat amb amanida. Fruita	

28	747 77 26 36
Amanida de verdures de temporada	
Purè de verdures de temporada	
Aletes de pollastre amb salsa barbacoa casolana i panotxa de blat de moro	A1 A14 I6 I5 I8 I7
Fruita	
- Rodanxa de lluç amb samfaina i cuscús. Fruita	

29	727 87 27 29
Amanida amb fruita	
Cigrons amb espinacs	A3 I6
Truita francesa amb "pa tumaca integral"	A1 A7 I7
Fruita	
- Magre amb tomaques cherry. Fruita	

30	670 80 26 27
Amanida de verdures de temporada	
Macarrons ECO amb tomaca, bròcoli i formatge	A1 A9 I7 I11
Bacallà gratinat amb all i oli	A7 A8 I7 I8
Fruita	
Torrada d'ou amb alvocat. Fruita	

31	809 80 22 44
Cementeri d'humus amb natxos	A9 I6 I11
Crema de remolatxa amb teranyines	A9 I11 I7
Salsibxes momificades	A1 A7 A9 A13 A14 I8 I7 I5 I2 I11 I6
Profiterols ensangonats	A1 A7 A9 A14 A13 I11 I7 I6
Pizza casera capresse	



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

A1 - Gluten A2 - Tramús A3 - Diòxid de sofre i sulfits A4 - Mol·lusc A5 - Cacaue 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 - +(34) 963 976 520 | nutricion@grupocaps.com - C/ Sequia De Mestalla 2 - 46210 Picanya, Valencia