

Menú basal - febrer

CEIP CARRASQUER



Grupo CAPS

<p>03 665 57 24 38</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Purè de verdures</p> <p>Aletes de pollastre adobades al forn amb creïlles 18 17 15</p> <p>Fruita</p> <p>- Bledes amb ou i nous. Fruita</p>	<p>04 698 89 28 25</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Espaguetis a la carbonara vegetal A9 A1 A7 A10 A14 I7 I11 I6</p> <p>Bacallà amb salsa de ceba amb carlota "baby" A8 18 17</p> <p>Fruita</p> <p>- Mandonguilles en salsa de carlota. Fruita</p>	<p>05 651 72 24 28</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Potatge de cigrons amb verdures A3 I6</p> <p>Truita d'albergina i formatge A9 A7 I7 I11</p> <p>Fruita</p> <p>- Coliflor especiats amb tonyina. Fruita</p>	<p>06 820 96 37 32</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Paella valenciana amb carxofes I5 I7 I8 I6 I10</p> <p>Aljadros enfarinats casolans amb maionesa A1 A7 A10 A14 A3 A4 A8 A11 I6 I8 I7</p> <p>Iogurt artesà valencià A9 I11 I7</p> <p>-Sopa de bròcoli, entremesos i fruita</p>	<p>07 769 75 35 33</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>"Fabada" A3 A9 A13 A14 I5 I2 I8 I7 I6 I11 I10</p> <p>Ous a la flamenca amb torrades integrals A1 A7 I7 I6</p> <p>Fruita</p> <p>- Llom de porc amb xips de moniato. Fruita</p>
<p>10 595 48 20 35</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Guisat de creïlles amb verdures de temporada i picada A3 A5 A13 A1 A9 A10 A14 I11 I6</p> <p>Llonganisses amb salsa de tomata A3 A9 A14 I8 I7 I5 I11 I6 I2</p> <p>Fruita</p> <p>- Truita d'espinacs i formatge. Fruita</p>	<p>11 735 91 35 27</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Llentilles ecològiques amb verdures A3 A1 I6 I9</p> <p>Lluç amb salsa verda amb xips de moniato A8 I8 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Pollastre a l'all amb minestra. Fruita</p>	<p>12 793 88 19 39</p> <p>Tempura de verdures A1 A4 A8 A9 A11 I11 I7</p> <p>Mac and cheese (pasta amb salsa de formatge gratinats) A1 A9 A10 A14 A7 I11 I7 I6</p> <p>Truita francesa amb amanida A7 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Salmó amb carabasseta. Fruita</p>	<p>13 639 67 25 28</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Crema de fesols amb porro i boniato I10 I6</p> <p>Titot en salsa amb cous cous A1 A10 A14 I6 I5 I7 I8</p> <p>Fruita</p> <p>- Quiche de verdures. Fruita</p>	<p>14 680 76 28 27</p> <p>Amanida completa amb ou i tonyina A8 A7 I8 I7</p> <p>Arròs al forn (1º) A3 A9 A13 I2 I8 I6 I7 I5 I11</p> <p>Iogurt A9 I7 I11</p> <p>- Daus de tofu amb verdures. Fruita</p>
<p>17 645 57 22 37</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Crema de carabasseta ecològica</p> <p>Llom amb salsa jardineria amb creïlles al forn I2 I5 I8 I6 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Peix amb verdures al "papillot". Fruita</p>	<p>18 726 99 32 22</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Cigrons amb carabassa</p> <p>Panini casolà de tonyina i formatge A1 A8 A9 I11 I7 I8</p> <p>Fruita</p> <p>Truita francesa i bròcoli bullit. Fruita</p>	<p>19 674 76 32 27</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Gaspatxo manxec A1 A3 I5 I7 I8</p> <p>Bacallà a la llima amb fesols tendres A8 I7 I8 I6</p> <p>Fruita</p> <p>- Crema de verdures amb pernil i crostons</p>	<p>20 870 111 47 27</p> <p>Amanida índia (mesclum, panses, taronja i formatge) A3 A5 A9 A13 A14 I11</p> <p>Dhal de llentilles (guisat a base de llentilles amb verdures) A1 A3 I9 I6</p> <p>Pollastre tikka massala amb arròs (pollastre marinat amb salsa curri suau) A9 I11 I8 I7 I5</p> <p>Coca Garam Masala A9 A7 A1 A10 A14 I11 I6 I7</p> <p>- Torrada d'humus, verdures i panotxa de blat de moro</p>	<p>21 641 78 22 26</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Fideus a la cassola de peix (melós) A1 A3 A4 A7 A8 A10 A11 A14 I7 I8 I6</p> <p>Regirat del xef A7 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Verdures i salmó al papillot. Fruita</p>
<p>24 764 107 25 25</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Arròs quatre delícies casolà (pèsols, pernil dolç, carlota, ou) A7 A14 I5 I2 I7 I8 I6</p> <p>Quadratets de lluç arrebossats A1 A8 A10 A14 I7 I8 I6</p> <p>Fruita</p> <p>- Remenat de porro amb creïlles. Fruita</p>	<p>25 700 62 48 27</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Sopa de fideus A1 A7 A10 A14 I8 I5 I7 I2 I11 I6</p> <p>Olla completa A3 A9 A14 I2 I6 I11 I7 I5 I8</p> <p>Fruita</p> <p>- Peix amb verdures al "papillot". Fruita</p>	<p>26 675 57 29 37</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Crema de verdures d'hibern amb crostons cassolans A1</p> <p>Hamburguesa 100% pollastre amb formatge i faves saltejadades A9 I6 I11 I8 I7 I5</p> <p>Fruita</p> <p>Torrada d'ou amb alvocat. Fruita</p>	<p>27 704 67 30 32</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Macarrons integrals a la napolitana A1 A7 A9 A10 A14 I11 I7 I6</p> <p>Lluç al forn amb verdures A8 I8 I7</p> <p>Iogurt A9 I7 I11</p> <p>- Filet de llom amb graella de verdures. Fruita</p>	<p>28 606 68 29 24</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Llentilles a la jardineria A1 A3 I9 I6</p> <p>Truita de carabasseta A7 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Bacallà gratinat amb amanida. Fruita</p>

La recomanació de 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·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

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

<p>03 665 57 24 38</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Purè de verdures</p> <p>Aletes de pollastre adobades al forn amb creïlles 18 17 15</p> <p>Fruita</p> <p>- Bledes amb ou i nous. Fruita</p>	<p>04 698 89 28 25</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Esoquetis amb xampinyons i ceba A3 A1 A7</p> <p>Bacallà amb salsa de ceba amb carlota "baby" A8 18 17</p> <p>Fruita</p> <p>Mandonguilles de pollastre en salsa</p>	<p>05 651 72 24 28</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Potatge de cigrons amb verdures A3 16</p> <p>Truita d'algúria A7</p> <p>Fruita</p> <p>- Coliflor especiats amb tonyina. Fruita</p>	<p>06 820 96 37 32</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Paella valenciana amb carxofes I5 I7 18 16 I10</p> <p>Aladros enfarinats casolans amb maionesa A1 A7 A10 A14 A3 A4 A8 A11 16 18 I7</p> <p>"Alpro" soja natural A14 A13 A1</p> <p>Sopa amb ou dur</p>	<p>07 769 75 35 33</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Favada vegetal</p> <p>Ous a la flamenca amb torrades integrals A1 A7 17 16</p> <p>Fruita</p> <p>- Llom de porc amb xips de moniato. Fruita</p>
<p>10 595 48 20 35</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Guisat de creïlles amb verdures de temporada A3</p> <p>Pollastre amb salsa de tomata</p> <p>Fruita</p> <p>Truita d'espínacs</p>	<p>11 735 91 35 27</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Llenties ecològiques amb verdures A3 A1 16 19</p> <p>Lluç amb salsa verda amb xips de moniato A8 18 17</p> <p>Fruita</p> <p>- Pollastre a l'all amb minestra. Fruita</p>	<p>12 793 88 19 39</p> <p>Crudités de verdures (V)</p> <p>Macarrons a la napolitana (sense formatge) A1 A7</p> <p>Truita francesa amb amanida A7 17</p> <p>Fruita</p> <p>- Salmó amb carabasseta. Fruita</p>	<p>13 639 67 25 28</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Crema de fesols amb porro i boniato I10 16</p> <p>Titot en salsa amb cous cous A1 A10 A14 16 15 17 18</p> <p>Fruita</p> <p>- Torrada d'alvocat amb regirat de tonyina. Fruita</p>	<p>14 680 76 28 27</p> <p>Amanida completa amb ou i tonyina A8 A7 18 17</p> <p>Arròs al forn amb magre de porc (sense embotits) A3</p> <p>"Alpro" soja natural A14 A13 A1</p> <p>- Daus de tofu amb verdures. Fruita</p>
<p>17 645 57 22 37</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Crema de carabasseta ecològica</p> <p>Llom amb salsa jardineria amb creïlles al forn 12 15 18 16 17</p> <p>Fruita</p> <p>- Peix amb verdures al "papillot". Fruita</p>	<p>18 726 99 32 22</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Cigrons amb carabassa</p> <p>Panini casolà de tonyina i tomaca (sense formatge) A1 A8</p> <p>Fruita</p> <p>Truita francesa i bròcoli bullit. Fruita</p>	<p>19 674 76 32 27</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Gaspatxo manxec A1 A3 15 17 18</p> <p>Bacallà a la llima amb fesols tendres A8 17 18 16</p> <p>Fruita</p> <p>- Crema de verdures amb pernil i crostons</p>	<p>20 870 111 47 27</p> <p>Amanida de temporada amb taronja</p> <p>Dhal de llentilles (guisat a base de llentilles amb verdures) A1 A3 19 16</p> <p>Pollastre al curri amb arròs</p> <p>Postres especials (sense lactis) A7 A1</p> <p>- Torrada d'humus, verdures i panotxa de blat de moro</p>	<p>21 641 78 22 26</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Fideus a la cassola de peix (melós) A1 A3 A4 A7 A8 A10 A11 A14 17 18 16</p> <p>Regirat del xef A7 17</p> <p>Fruita</p> <p>- Verdures i salmó al papillot. Fruita</p>
<p>24 764 107 25 25</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Arròs quatre delícies casolà (pèsols, pernil dolç, carlota, ou) A7 A14 15 12 17 18 16</p> <p>Quadratets de lluç arrebossats A1 A8 A10 A14 17 18 16</p> <p>Fruita</p> <p>Remenat d'ou amb xampinyó i carabasseta</p>	<p>25 700 62 48 27</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Sopa de fideus A1 A7 A10 A14 18 15 17 12 11 16</p> <p>Olla completa (sense pilota)</p> <p>Fruita</p> <p>- Peix amb verdures al "papillot". Fruita</p>	<p>26 675 57 29 37</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Crema de verdures d'hibern amb crostons cassolans A1</p> <p>Hamburguesa 100% pollastre amb faves saltejades</p> <p>Fruita</p> <p>Torrada d'ou amb alvocat. Fruita</p>	<p>27 704 67 30 32</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Macarrons a la napolitana (sense formatge) A1 A7</p> <p>Lluç al forn amb verdures A8 18 17</p> <p>"Alpro" soja natural A14 A13 A1</p> <p>- Filet de llom amb graella de verdures. Fruita</p>	<p>28 606 68 29 24</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Llenties a la jardineria A1 A3 19 16</p> <p>Truita de carabasseta A7 17</p> <p>Fruita</p> <p>- Bacallà gratinat amb amanida. Fruita</p>

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

<p>03 665 57 24 38</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Purè de verdures</p> <p>Aletes de pollastre adobades al forn amb creïlles 18 17 15</p> <p>Fruita</p> <p>Bullit valencià amb ou</p>	<p>04 698 89 28 25</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Espaguetis a la carbonara vegetal A9 A1 A7 A10 A14 I7 I11 I6</p> <p>Bacallà amb salsa de ceba amb carlota "baby" A8 18 17</p> <p>Fruita</p> <p>- Mandonguilles en salsa de carlota. Fruita</p>	<p>05 651 72 24 28</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Potatge de cigrons amb verdures A3 I6</p> <p>Truita d'algüen i formatge A9 A7 I7 I11</p> <p>Fruita</p> <p>- Coliflor especiats amb tonyina. Fruita</p>	<p>06 820 96 37 32</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Paella valenciana amb carxofes I5 I7 I8 I6 I10</p> <p>Aljadros enfarinats casolans amb maionesa A1 A7 A10 A14 A3 A4 A8 A11 I6 I8 I7</p> <p>Iogurt artesà valencià A9 I11 I7</p> <p>-Sopa de bròcoli, entremesos i fruita</p>	<p>07 769 75 35 33</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Favada vegetal</p> <p>Ous a la flamenca amb torrades integrals A1 A7 I7 I6</p> <p>Fruita</p> <p>- Llom de porc amb xips de moniato. Fruita</p>
<p>10 595 48 20 35</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Guisat de creïlles amb verdures de temporada A3</p> <p>Llonganisses amb salsa de tomata A3 A9 A14 I8 I7 I5 I11 I6 I2</p> <p>Fruita</p> <p>- Truita d'espinacs i formatge. Fruita</p>	<p>11 735 91 35 27</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Llentilles ecològiques amb verdures A3 A1 I6 I9</p> <p>Lluç amb salsa verda amb xips de moniato A8 I8 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Pollastre a l'all amb minestra. Fruita</p>	<p>12 793 88 19 39</p> <p>Tempura de verdures A1 A4 A8 A9 A11 I11 I7</p> <p>Mac and cheese (pasta amb salsa de formatge gratinats) A1 A9 A10 A14 A7 I11 I7 I6</p> <p>Truita francesa amb amanida A7 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Salmó amb carabasseta. Fruita</p>	<p>13 639 67 25 28</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Crema de fesols amb porro i boniato I10 I6</p> <p>Titot en salsa amb cous cous A1 A10 A14 I6 I5 I7 I8</p> <p>Fruita</p> <p>- Quiche de verdures. Fruita</p>	<p>14 680 76 28 27</p> <p>Amanida completa amb ou i tonyina A8 A7 I8 I7</p> <p>Arròs al forn amb magre de porc (sense embotits) A3</p> <p>Iogurt A9 I7 I11</p> <p>- Daus de tofu amb verdures. Fruita</p>
<p>17 645 57 22 37</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Crema de carabasseta ecològica</p> <p>Llom amb salsa jardineria amb creïlles al forn I2 I5 I8 I6 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Peix amb verdures al "papillot". Fruita</p>	<p>18 726 99 32 22</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Cigrons amb carabassa</p> <p>Panini casolà de tonyina i formatge A1 A8 A9 I11 I7 I8</p> <p>Fruita</p> <p>- Truita francesa i bròcoli bullit. Fruita</p>	<p>19 674 76 32 27</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Gaspatxo manxec A1 A3 I5 I7 I8</p> <p>Bacallà a la llima amb fesols tendres A8 I7 I8 I6</p> <p>Fruita</p> <p>- Crema de verdures amb pernil i crostons</p>	<p>20 870 111 47 27</p> <p>Amanida amb formatge fresc A9</p> <p>Dhal de llentilles (guisat a base de llentilles amb verdures) A1 A3 I9 I6</p> <p>Pollastre tikka massala amb arròs (pollastre marinat amb salsa curri suau) A9 I11 I8 I7 I5</p> <p>Coça Garam Masala A9 A7 A1 A10 A14 I11 I6 I7</p> <p>- Torrada d'hummus, verdures i panotxa de blat de moro</p>	<p>21 641 78 22 26</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Fideus a la cassola de peix (melós) A1 A3 A4 A7 A8 A10 A11 A14 I7 I8 I6</p> <p>Regirat del xef A7 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Verdures i salmó al papillot. Fruita</p>
<p>24 764 107 25 25</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Arròs quatre delícies casolà (pèsols, pernil dolç, carlota, ou) A7 A14 I5 I2 I7 I8 I6</p> <p>Quadratets de lluç arrebossats A1 A8 A10 A14 I7 I8 I6</p> <p>Fruita</p> <p>- Remenat de porro amb creïlles. Fruita</p>	<p>25 700 62 48 27</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Sopa de fideus A1 A7 A10 A14 I8 I5 I7 I2 I11 I6</p> <p>Olla completa A3 A9 A14 I2 I6 I11 I7 I5 I8</p> <p>Fruita</p> <p>- Peix amb verdures al "papillot". Fruita</p>	<p>26 675 57 29 37</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Crema de verdures d'hibern amb crostons cassolans A1</p> <p>Hamburguesa 100% pollastre amb formatge i faves saltejades A9 I6 I11 I8 I7 I5</p> <p>Fruita</p> <p>- Torrada d'ou amb alvocat. Fruita</p>	<p>27 704 67 30 32</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Macarrons integrals a la napolitana A1 A7 A9 A10 A14 I11 I7 I6</p> <p>Lluç al forn amb verdures A8 I8 I7</p> <p>Iogurt A9 I7 I11</p> <p>- Filet de llom amb graella de verdures. Fruita</p>	<p>28 606 68 29 24</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Llentilles a la jardineria A1 A3 I9 I6</p> <p>Truita de carabasseta A7 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Bacallà gratinat amb amanida. Fruita</p>

La recomanació de 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·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 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

<p>03 665 57 24 38</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Puré de verdures</p> <p>Aletes de pollastre adobades al forn amb creïlles 18 17 15</p> <p>Fruita</p> <p>Bledes ofegades amb all</p>	<p>04 698 89 28 25</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Esoquetis (sense gluten/ou/mostassa/soja) a la carbonara vegetal A9</p> <p>Bacallà amb salsa de ceba amb carlota "baby" A8 18 17</p> <p>Fruita</p> <p>- Mandonguilles en salsa de carlota. Fruita</p>	<p>05 651 72 24 28</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Potatge de cigrons amb verdures A3 16</p> <p>Llom amb albergínia a la planxa A14</p> <p>Fruita</p> <p>- Coliflor especiats amb tonyina. Fruita</p>	<p>06 820 96 37 32</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Paella valenciana amb carxofes I5 17 18 16 110</p> <p>Aladrocs enfarinats casolans A1 A3 A8 A11</p> <p>Iogurt artesà valencià A9 111 17</p> <p>-Sopa de bròcoli, entremesos i fruita</p>	<p>07 769 75 35 33</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>"Fabada" A3 A9 A13 A14 15 12 18 17 16 111 110</p> <p>Pit de gall dindi amb samfaina</p> <p>Fruita</p> <p>- Llom de porc amb xips de moniato. Fruita</p>
<p>10 595 48 20 35</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Guisat de creïlles amb verdures de temporada i picada A3 A5 A13 A1 A9 A10 A14 111 16</p> <p>Llonganisses amb salsa de tomata A3 A9 A14 18 17 15 111 16 12</p> <p>Fruita</p> <p>Amadina d'espínacs, pollastre i formatge</p>	<p>11 735 91 35 27</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Llentilles ecològiques amb verdures A3 A1 16 19</p> <p>Lluç amb salsa verda amb xips de moniato A8 18 17</p> <p>Fruita</p> <p>- Pollastre a l'all amb minestra. Fruita</p>	<p>12 793 88 19 39</p> <p>Tempura de verdures A1 A4 A8 A9 A11 111 17</p> <p>Pasta (sense gluten/ou/mostassa/soja) amb formatge gratinat A9</p> <p>Pit de pollastre amb amanida</p> <p>Fruita</p> <p>- Salmó amb carabasseta. Fruita</p>	<p>13 639 67 25 28</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Crema de fesols amb porro i boniato I10 16</p> <p>Titot en salsa amb cous cous A1 A10 A14 16 15 17 18</p> <p>Fruita</p> <p>- Filet de llom amb graella de verdures. Fruita</p>	<p>14 680 76 28 27</p> <p>Amanida completa amb tonyina A8</p> <p>Arròs al forn (1º) A3 A9 A13 12 18 16 17 15 111</p> <p>Iogurt A9 17 111</p> <p>- Daus de tofu amb verdures. Fruita</p>
<p>17 645 57 22 37</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Crema de carabasseta ecològica</p> <p>Llom amb salsa jardineria amb creïlles al forn 12 15 18 16 17</p> <p>Fruita</p> <p>- Peix amb verdures al "papillot". Fruita</p>	<p>18 726 99 32 22</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Cigrons amb carabassa</p> <p>Panini casolà de tonyina i formatge A1 A8 A9 111 17 18</p> <p>Fruita</p> <p>Xampinyons i carabasseta saltejats amb soja texturitzada (V)</p>	<p>19 674 76 32 27</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Gaspatxo manxec A1 A3 15 17 18</p> <p>Bacallà a la llima amb fesols tendres A8 17 18 16</p> <p>Fruita</p> <p>- Crema de verdures amb pernil i crostons</p>	<p>20 870 111 47 27</p> <p>Amanida índia (mesclum, panses, taronja i formatge) A3 A5 A9 A13 A14 111</p> <p>Dhal de lentilles (guisat a base de lentilles amb verdures) A1 A3 19 16</p> <p>Pollastre tikka massala amb arròs (pollastre marinat amb salsa curri suau) A9 111 18 17 15</p> <p>Postres especials (sense ou) A9 A1</p> <p>- Torrada d'hummus, verdures i panotxa de blat de moro</p>	<p>21 641 78 22 26</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Fideuà amb fideu fi (sense gluten/ou) A4 A3 A11 A8</p> <p>Wok de venetals amb daus de formatge fresc A14 A1 A9</p> <p>Fruita</p> <p>- Verdures i salmó al papillot. Fruita</p>
<p>24 764 107 25 25</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Arròs tres delícies casolà (pèsols, york, carlota) A14</p> <p>Quadratets de lluç arrebossats A1 A8 A10 A14 17 18 16</p> <p>Fruita</p> <p>- Creïlles farcides gratinades. Fruita</p>	<p>25 700 62 48 27</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Sopa de fideus (sense gluten/ou/mostassa/soja)</p> <p>Olla completa A3 A9 A14 12 16 111 17 15 18</p> <p>Fruita</p> <p>- Peix amb verdures al "papillot". Fruita</p>	<p>26 675 57 29 37</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Crema de verdures d'hibern amb crostons cassolans A1</p> <p>Hamburguesa 100% pollastre amb formatge i faves saltejades A9 16 111 18 17 15</p> <p>Fruita</p> <p>i. Torrada amb crema d'alvocat</p>	<p>27 704 67 30 32</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Pasta (sense gluten/ou/soja/mostassa) a la napolitana A9</p> <p>Lluç al forn amb verdures A8 18 17</p> <p>Iogurt A9 17 111</p> <p>- Filet de llom amb graella de verdures. Fruita</p>	<p>28 606 68 29 24</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Llentilles a la jardineria A1 A3 19 16</p> <p>Pit de pollastre amb carabasseta</p> <p>Fruita</p> <p>- Bacallà amb verdures. Fruita</p>

La recomanació de 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

🌿 Quilocalorífics 🍗 Proteïnes 🍞 Carbohidrats 🧈 Greixos

110 - Alubias 111 - APLV 15 - Carne 12 - Cerdo 16 - Legumbres 19 - Lentejas 18 - No apto ovo-lacto-vegetariano 17 - No apto vegano

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



CEIP CARRASQUER

FEBRERO 2025

SIN LACTOSA+HUEVO



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
3	4	5	6	7
Ensalada	Ensalada	Ensalada	Ensalada	Ensalada
Puré de verduras de temporada	Espaguetis (sin gluten/huevo) con champiñones y cebolla	Potaje de garbanzos con verduras	Paella valenciana con alcachoas	Fabada vegetal
Alitas de pollo adobadas al horno con patatas	Bacalao encebollado con zanahoria baby	Lomo con berenjena a la plancha	Boquerones (enharinado casero)	Pavo con pisto
Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	"Alpro" soja natural	Fruta de temporada
10	11	12	13	14
Ensalada	Ensalada	Crudités de verduras	Ensalada	Ensalada completa con atún
Guisado de patatas con verduras de temporada	Lentejas ECO con verduras	Pasta (sin gluten/huevo) a la napolitana (sin queso)	Crema de alubias con puerro y boniato	Arroz al horno con magro de cerdo (sin embutidos)
Pechuga de pollo con salsa de tomate	Merluza en salsa verde con chips de boniato	Pechuga de pollo con ensalada	Pavo en salsa con cous cous	"Alpro" soja natural
Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	
17	18	19	20	21
			JORNADA INDIA	
Ensalada	Ensalada	Ensalada	Ensalada de temporada con naranja	Ensalada
Crema de calabacín ECO	Garbanzos con calabaza	Gazpacho manchego	Dhal de lentejas (guiso a base de legumbre y verduras)	Fideuà melosa con fideo fino (sin gluten/huevo)
Lomo en salsa jardinera con patatas asadas	Panini casero de atún y tomate (sin queso)	Bacalao al limón con judías verdes	Pollo especiado con curry con arroz	Wok vegetal con soja texturizada
Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Postre especial (sin lácteos)	Fruta de temporada
24	25	26	27	28
Ensalada	Ensalada	Ensalada	Ensalada	Ensalada
Arroz tres delicias casero (guisantes, york, zanahoria) SIN HUEVO	Sopa de cocido (Fideos sin gluten/huevo)	Crema de verduras con picatostes caseros	Pasta (sin gluten/huevo) a la napolitana (sin queso)	Lentejas jardinera
Cuadraditos de merluza rebozados	Cocido completo (sin pelota)	Hamburguesa 100% pollo con habas salteadas	Merluza al horno con verduras	Pechuga de pollo con calabacín
Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	"Alpro" soja natural	Fruta de temporada

<p>03 665 57 24 38</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Purè de verdures</p> <p>Salsitxes veganes amb creïlles</p> <p>Fruita</p> <p>- Bledes amb ou i nous. Fruita</p>	<p>04 698 89 28 25</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Espaguetis a la carbonara vegetal A9 A1 A7 A10 A14 I7 I11 I6</p> <p>Fesols tendres saltats amb ceba i carlota</p> <p>Fruita</p> <p>Mandonguilles veganes en salsa (V)</p>	<p>05 651 72 24 28</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Potatge de cigrons amb verdures A3 I6</p> <p>Truita d'algúria i formatge A9 A7 I7 I11</p> <p>Fruita</p> <p>Hamburguesa de colflor i formatge amb guarnició</p>	<p>06 820 96 37 32</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Paella de verdures</p> <p>Nuggets de bròquil A1 A7 A9</p> <p>Iogurt artesà valencià A9 I11 I7</p> <p>Sopa amb ou dur</p>	<p>07 769 75 35 33</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Favada vegetal</p> <p>Ous a la flamenca amb torrades integrals A1 A7 I7 I6</p> <p>Fruita</p> <p>Minestra de verdures saltejades amb xips de moniato</p>
<p>10 595 48 20 35</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Guisat de creïlles amb verdures de temporada i picada A3 A5 A13 A1 A9 A10 A14 I11 I6</p> <p>Salsitxes veganes amb samfaina</p> <p>Fruita</p> <p>- Truita d'espinacs i formatge. Fruita</p>	<p>11 735 91 35 27</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Llenties ecològiques amb verdures A3 A1 I6 I9</p> <p>Minestra de verdures saltejades amb xips de moniato A3</p> <p>Fruita</p> <p>Wok de vegetals amb daus de tofu</p>	<p>12 793 88 19 39</p> <p>Tempura de verdures A1 A4 A8 A9 A11 I11 I7</p> <p>Mac and cheese (pasta amb salsa de formatge gratinats) A1 A9 A10 A14 A7 I11 I7 I6</p> <p>Truita francesa amb amanida A7 I7</p> <p>Fruita</p> <p>Brocoli gratinat</p>	<p>13 639 67 25 28</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Crema de fesols amb porro i boniato I10 I6</p> <p>Verdures saltejades amb soja texturitzada i cuscús A1 A14 A10 A12 A13</p> <p>Fruita</p> <p>- Quiche de verdures. Fruita</p>	<p>14 680 76 28 27</p> <p>Amanida completa amb ou A7</p> <p>Arròs al forn amb cigrons i verdures A3</p> <p>Iogurt A9 I7 I11</p> <p>- Daus de tofu amb verdures. Fruita</p>
<p>17 645 57 22 37</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Crema de carabasseta ecològica</p> <p>Truita de creïlla amb formatge A9 A7</p> <p>Fruita</p> <p>Remenat de xampinyons i formatge</p>	<p>18 726 99 32 22</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Cigrons amb carabassa</p> <p>Panini formatge A1 A9</p> <p>Fruita</p> <p>Truita francesa i bròcoli bullit. Fruita</p>	<p>19 674 76 32 27</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Gaspatxo manxec vegà A1 A3 A12 A13 A14</p> <p>Fesols tendres saltats amb ceba i carlota</p> <p>Fruita</p> <p>Crema de fesols amb porro i boniato</p>	<p>20 870 111 47 27</p> <p>Amanida índia (mesclum, panses, taronja i formatge) A3 A5 A9 A13 A14 I11</p> <p>Dhal de llenties (guisat a base de llenties amb verdures) A1 A3 I9 I6</p> <p>Verdures amb soja texturitzada i curri A1 A12 A13 A14</p> <p>Coca Garam Masala A9 A7 A1 A10 A14 I11 I6 I7</p> <p>- Torrada d'humus, verdures i panotxa de blat de moro</p>	<p>21 641 78 22 26</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Fideus de l'horta A1 A7 A10 A14</p> <p>Regirat del xef A7 I7</p> <p>Fruita</p> <p>Crema de fesols amb porro i boniato</p>
<p>24 764 107 25 25</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Arròs tres delícies sense ou A7</p> <p>Hamburguesa de falafel A1 A3 A4 A6 A8 A9 A11 A13 A14</p> <p>Fruita</p> <p>- Remenat de porro amb creïlles. Fruita</p>	<p>25 700 62 48 27</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Sopa de verdures amb fideus A1 A7 A6</p> <p>Cigrons especiats amb daus de moniato (V) A3</p> <p>Fruita</p> <p>Remenat de xampinyons i formatge</p>	<p>26 675 57 29 37</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Crema de verdures d'hibern amb crostons cassolans A1</p> <p>Formatge fresc amb faves saltejades A9</p> <p>Fruita</p> <p>Torrada d'ou amb avocat. Fruita</p>	<p>27 704 67 30 32</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Macarrons integrals a la napolitana A1 A7 A9 A10 A14 I11 I7 I6</p> <p>Menestra de verdures ofegades amb soja texturitzada A3 A14 A1 A12 A13</p> <p>Iogurt A9 I7 I11</p> <p>Daus de tofu amb samfaina (V)</p>	<p>28 606 68 29 24</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Llenties a la jardinera A1 A3 I9 I6</p> <p>Truita de carabasseta A7 I7</p> <p>Fruita</p>

La recomanació de 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 ovolactovegetariano I7 - No apto vegano

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

<p>03 665 57 24 38</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Purè de verdures</p> <p>Salsitxes veganes amb creïlles</p> <p>Fruita</p> <p>- Bledes amb ou i nous. Fruita</p>	<p>04 698 89 28 25</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Espaguetis a la carbonara vegetal A9 A1 A7 A10 A14 I7 I11 I6</p> <p>Bacallà amb salsa de ceba amb carlota "baby" A8 I8 I7</p> <p>Fruita</p> <p>Mandonguilles vegetals en salsa</p>	<p>05 651 72 24 28</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Potatge de cigrons amb verdures A3 I6</p> <p>Truita d'albergina i formatge A9 A7 I7 I11</p> <p>Fruita</p> <p>- Coliflor especiats amb tonyina. Fruita</p>	<p>06 820 96 37 32</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Paella de verdures</p> <p>Aladrocns enfarinats casolans amb maionesa A1 A7 A10 A14 A3 A4 A8 A11 I6 I8 I7</p> <p>Iogurt artesà valencià A9 I11 I7</p> <p>Sopa amb ou dur</p>	<p>07 769 75 35 33</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Favada vegetal</p> <p>Ous a la flamenca amb torrades integrals A1 A7 I7 I6</p> <p>Fruita</p> <p>Lluç al forn amb xips de moniato</p>
<p>10 595 48 20 35</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Guisat de creïlles amb verdures de temporada i picada A3 A5 A13 A1 A9 A10 A14 I11 I6</p> <p>Salsitxes veganes amb samfaina</p> <p>Fruita</p> <p>- Truita d'espinaçs i formatge. Fruita</p>	<p>11 735 91 35 27</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Llenties ecològiques amb verdures A3 A1 I6 I9</p> <p>Lluç amb salsa verda amb xips de moniato A8 I8 I7</p> <p>Fruita</p> <p>Wok de vegetals amb daus de tofu</p>	<p>12 793 88 19 39</p> <p>Tempura de verdures A1 A4 A8 A9 A11 I11 I7</p> <p>Mac and cheese (pasta amb salsa de formatge gratinats) A1 A9 A10 A14 A7 I11 I7 I6</p> <p>Truita francesa amb amanida A7 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Salmó amb carabasseta. Fruita</p>	<p>13 639 67 25 28</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Crema de fesols amb porro i boniato I10 I6</p> <p>Verdures salteïades amb soia texturitzada i cuscús A1 A14 A10 A12 A13</p> <p>Fruita</p> <p>- Quiche de verdures. Fruita</p>	<p>14 680 76 28 27</p> <p>Amanida completa amb ou i tonyina A8 A7 I8 I7</p> <p>Arròs al forn amb cigrons i verdures A3</p> <p>Iogurt A9 I7 I11</p> <p>- Daus de tofu amb verdures. Fruita</p>
<p>17 645 57 22 37</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Crema de carabasseta ecològica</p> <p>Truita de creïlla amb formatge A9 A7</p> <p>Fruita</p> <p>- Peix amb verdures al "papillot". Fruita</p>	<p>18 726 99 32 22</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Cigrons amb carabassa</p> <p>Panini casolà de tonyina i formatge A1 A8 A9 I11 I7 I8</p> <p>Fruita</p> <p>Truita francesa i bròcoli bullit. Fruita</p>	<p>19 674 76 32 27</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Gaspatxo manxec vegà A1 A3 A12 A13 A14</p> <p>Bacallà a la llima amb fesols tendres A8 I7 I8 I6</p> <p>Fruita</p> <p>- Verdures i salmó al papillot. Fruita</p>	<p>20 870 111 47 27</p> <p>Amanida índia (mesclum, panses, taronja i formatge) A3 A5 A9 A13 A14 I11</p> <p>Dhal de llenties (guisat a base de llenties amb verdures) A1 A3 I9 I6</p> <p>Lluç amb salsa de curri A9 A8</p> <p>Coca Garam Masala A9 A7 A1 A10 A14 I11 I6 I7</p> <p>- Torrada d'hummus, verdures i panotxa de blat de moro</p>	<p>21 641 78 22 26</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Fideus a la cassola de peix (melós) A1 A3 A4 A7 A8 A10 A11 A14 I7 I8 I6</p> <p>Regirat del xef A7 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Verdures i salmó al papillot. Fruita</p>
<p>24 764 107 25 25</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Arròs tres delícies sense ou A7</p> <p>Quadradets de lluç arrebossats A1 A8 A10 A14 I7 I8 I6</p> <p>Fruita</p> <p>- Remenat de porro amb creïlles. Fruita</p>	<p>25 700 62 48 27</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Sopa de verdures amb fideus A1 A7 A6</p> <p>Cigrons especiats amb daus de moniato (V) A3</p> <p>Fruita</p> <p>- Peix amb verdures al "papillot". Fruita</p>	<p>26 675 57 29 37</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Crema de verdures d'hivern amb crostons cassolans A1</p> <p>Formatge fresc amb faves salteïades A9</p> <p>Fruita</p> <p>Torrada d'ou amb alvocat. Fruita</p>	<p>27 704 67 30 32</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Macarrons integrals a la napolitana A1 A7 A9 A10 A14 I11 I7 I6</p> <p>Lluç al forn amb verdures A8 I8 I7</p> <p>Iogurt A9 I7 I11</p> <p>Daus de tofu amb samfaina (V)</p>	<p>28 606 68 29 24</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Llenties a la jardineria A1 A3 I9 I6</p> <p>Truita de carabasseta A7 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Bacallà gratinat amb amanida. Fruita</p>

La recomanació de 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·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 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

<p>03 665 57 24 38</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Purè de verdures</p> <p>Aletes de pollastre adobades al forn amb creïlles 18 I7 15</p> <p>Fruita</p> <p>- Bledes amb ou i nous. Fruita</p>	<p>04 698 89 28 25</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Espaguetis a la carbonara vegetal A9 A1 A7 A10 A14 I7 I11 I6</p> <p>Bacallà amb salsa de ceba amb carlota "baby" A8 I8 I7</p> <p>Fruita</p> <p>Mandonguilles de pollastre en salsa</p>	<p>05 651 72 24 28</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Potatge de cigrons amb verdures A3 I6</p> <p>Truita d'algüerina i formatge A9 A7 I7 I11</p> <p>Fruita</p> <p>- Coliflor especiats amb tonyina. Fruita</p>	<p>06 820 96 37 32</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Paella valenciana amb carxofes I5 I7 I8 I6 I10</p> <p>Aljadros enfarinats casolans amb maionesa A1 A7 A10 A14 A3 A4 A8 A11 I6 I8 I7</p> <p>Iogurt artesà valencià A9 I11 I7</p> <p>Sopa amb ou dur</p>	<p>07 769 75 35 33</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Favada vegetal</p> <p>Ous a la flamenca amb torrades integrals A1 A7 I7 I6</p> <p>Fruita</p> <p>Pernillets de pollastre al suc amb xips de moniato</p>
<p>10 595 48 20 35</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Guisat de creïlles amb verdures de temporada i picada A3 A5 A13 A1 A9 A10 A14 I11 I6</p> <p>Llonaanisses 100% pollastre amb salsa de tomata A3</p> <p>Fruita</p> <p>- Truita d'espinacs i formatge. Fruita</p>	<p>11 735 91 35 27</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Llenties ecològiques amb verdures A3 A1 I6 I9</p> <p>Lluç amb salsa verda amb xips de moniato A8 I8 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Pollastre a l'all amb minestra. Fruita</p>	<p>12 793 88 19 39</p> <p>Tempura de verdures A1 A4 A8 A9 A11 I11 I7</p> <p>Mac and cheese (pasta amb salsa de formatge gratinats) A1 A9 A10 A14 A7 I11 I7 I6</p> <p>Truita francesa amb amanida A7 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Salmó amb carabasseta. Fruita</p>	<p>13 639 67 25 28</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Crema de fesols amb porro i boniato I10 I6</p> <p>Titot en salsa amb cous cous A1 A10 A14 I6 I5 I7 I8</p> <p>Fruita</p> <p>- Quiche de verdures. Fruita</p>	<p>14 680 76 28 27</p> <p>Amanida completa amb ou i tonyina A8 A7 I8 I7</p> <p>Arròs al forn amb cigrons i verdures A3</p> <p>Iogurt A9 I7 I11</p> <p>- Daus de tofu amb verdures. Fruita</p>
<p>17 645 57 22 37</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Crema de carabasseta ecològica</p> <p>Pollastre guisat a la jardinera</p> <p>Fruita</p> <p>- Peix amb verdures al "papillot". Fruita</p>	<p>18 726 99 32 22</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Cigrons amb carabassa</p> <p>Panini casolà de tonyina i formatge A1 A8 A9 I11 I7 I8</p> <p>Fruita</p> <p>Truita francesa i bròcoli bullit. Fruita</p>	<p>19 674 76 32 27</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Gaspatxo manxec A1 A3 I5 I7 I8</p> <p>Bacallà a la llima amb fesols tendres A8 I7 I8 I6</p> <p>Fruita</p> <p>- Verdures i salmó al papillot. Fruita</p>	<p>20 870 111 47 27</p> <p>Amanida índia (mesclum, panses, taronja i formatge) A3 A5 A9 A13 A14 I11</p> <p>Dhal de llenties (guisat a base de llenties amb verdures) A1 A3 I9 I6</p> <p>Pollastre tikka massala amb arròs (pollastre marinat amb salsa curri suau) A9 I11 I8 I7 I5</p> <p>Coca Garam Masala A9 A7 A1 A10 A14 I11 I6 I7</p> <p>- Torrada d'humus, verdures i panotxa de blat de moro</p>	<p>21 641 78 22 26</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Fideus a la cassola de peix (melós) A1 A3 A4 A7 A8 A10 A11 A14 I7 I8 I6</p> <p>Regirat del xef A7 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Verdures i salmó al papillot. Fruita</p>
<p>24 764 107 25 25</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Arròs tres delícies sense ou A7</p> <p>Quadradets de lluç arrebossats A1 A8 A10 A14 I7 I8 I6</p> <p>Fruita</p> <p>- Remenat de porro amb creïlles. Fruita</p>	<p>25 700 62 48 27</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Sopa d'au A1 A7</p> <p>Creïlla i verdures cuites amb pollastre</p> <p>Fruita</p> <p>- Peix amb verdures al "papillot". Fruita</p>	<p>26 675 57 29 37</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Crema de verdures d'hibern amb crostons cassolans A1</p> <p>Hamburguesa 100% pollastre amb formatge i faves saltejades A9 I6 I11 I8 I7 I5</p> <p>Fruita</p> <p>Torrada d'ou amb alvocat. Fruita</p>	<p>27 704 67 30 32</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Macarrons integrals a la napolitana A1 A7 A9 A10 A14 I11 I7 I6</p> <p>Lluç al forn amb verdures A8 I8 I7</p> <p>Iogurt A9 I7 I11</p> <p>Pit de gall dindi amb samfaina</p>	<p>28 606 68 29 24</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Llenties a la jardinera A1 A3 I9 I6</p> <p>Truita de carabasseta A7 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Bacallà gratinat amb amanida. Fruita</p>

La recomanació de 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·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

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