

02 670 58 27 37

Crema de verduras de temporada
Alitas de pollo al horno con champiñones y patatas 15 17 18
Guarnición: ensalada de temporada
Fruta de temporada

- Boquerones rebozados con tomate aliñado

03 709 69 34 29

Espaguetis integrales a la carbonara vegetal A9 A1 A7 A10 A14 17 11 16
Merluza encebollada A8 17 18
Guarnición: ensalada de temporada
Yogur natural con fruta A9 11 17

- Lomo en salsa con ñoquis. Fruta

04 657 70 27 29

Potaje de garbanzos con verduras A3 16
Tortilla de berenjena y queso A7 A9 11 17
Guarnición: ensalada de temporada
Fruta de temporada

- Wok de ternera con verduras thai. Fruta

05 716 96 14 29

Paella valenciana 18 15 17 16 110
Hummus de garbanzos casero A3 16
Guarnición: bastones de boniato
Fruta de temporada

- Acelgas con huevo y nueces. Fruta

06 711 69 31 31

Fabada asturiana A3 A9 A13 A14 15 12 18 17 16 11 110
Revuelto de pisto A7 17
Guarnición: ensalada de temporada
Fruta de temporada ecológica

- Bacalao con patatas y espinacas. Fruta

09 763 52 26 49

Guisado de patatas, guisantes y huevo duro A7 17 16
Albóndigas mixtas en salsa de tomate A3 A14 15 17 18 11 12 16
Guarnición: ensalada de temporada
Fruta de temporada

- Sopa de verduras y tortilla zanahoria. Fruta

10 609 63 28 27

Lentejas estofadas con calabaza ECO A1 16 19
Tortilla francesa A7 17
Guarnición: guisantes salteados 16
Fruta de temporada

- Crema y panini de jamón y queso. Fruta

11 748 76 28 36

Fideuà A4 A1 A7 A8 A3 A11 A14 A10 18 17 16
Judías verdes salteadas con bacon 12 15 17 18 16 110
Guarnición: ensalada de temporada
Yogur natural con fruta A9 11 17

- Fajitas de pollo con verduras. Fruta

12 582 59 25 26

Crema de alubias con puerro y boniato A3 110 16
Pollo al chilindrón (salsa casera de pimiento, tomate, cebolla) 17 18 15
Guarnición: cascós de patata asada
Fruta de temporada

- Merluza con pisto y cous cous. Fruta

13 868 107 30 34

Arroz al horno (1º) A3 A9 A13 A14 18 17 15 12 16 111
Bocaditos de salmón crunchy caseros A8 A1 A10 A14 A7 16 17 18
Guarnición: ensalada de temporada
Fruta de temporada

- Dados de tofu con verduras. Fruta

16 582 50 20 33

Patatas panaderas con calabacín y pimiento 12 15 18 17
Magro en salsa 12 15 18 17
Guarnición: mazorca de maíz
Fruta de temporada

- Bacalao con crema de calabaza. Fruta

17 681 73 32 26

Alubias pintas con verduras 16 110
Tortilla calzone A7 A9 A14 12 16 18 11 15 17
Guarnición: ensalada de temporada
Fruta de temporada ecológica

- Pavo asado con piña. Fruta

18 685 81 25 28

Mac and cheese A1 A9 A10 A14 A7 16 17 111
Calamares en salsa de tomate A3 A8 A11 A4 17 18
Guarnición: ensalada de temporada
Fruta de temporada

- Hamburguesa vegetal. Fruta

19 784 68 40 37

Sopa de arroz 15 17 18
Pastel de patata con soja texturizada A9 A1 A12 A13 A14 11 16 17
Guarnición: ensalada de temporada
Yogur artesano valenciano A9 11 17

- Hervido valenciano y salmón. Fruta.

20 586 68 21 24

Potaje de garbanzos con espinacas A3 16
Tosta integral casera horneada (tomate, huevo revuelto y queso) A1 A7 A9 17 111
Guarnición: ensalada de temporada
Fruta de temporada

- Menestra con ajitos y lomo. Fruta

23 724 68 36 33

Arròs amb fesols i naps 12 15 16 17 18 110
Rustidera de merluza (con cebolla y pimiento rojo) A8 17 18
Guarnición: ensalada de temporada
Fruta de temporada

- Pollo con manzana asada y verduras. Fruta

24 723 63 40 33

Sopa de fideos A1 A7 A10 A14 18 15 17 12 11 16
Cocido completo A3 A9 A14 12 16 17 15 18 111
Guarnición: ensalada de temporada
Fruta de temporada

- Dorada con chips de boniato. Fruta

25 668 57 31 35

Crema de champiñón con picatostes integrales caseros A9 A1 17 111
Hamburguesa de pollo con queso A9 A3 15 17 18 11 16
Guarnición: habas salteadas 16
Fruta de temporada

- Tosta de aguacate con revuelto de atún. Fruta

26 760 106 24 26

Espirales integrales con boloñesa de lentejas A1 A7 A10 A14 19 16
Tortilla de patatas A7 17
Guarnición: arbolitos de coliflor caseros A1
Fruta de temporada ecológica

- Pizza de jamón york y queso casera. Fruta

27 830 45 52 48

Papas con choco A3 A4 A8 A11 17 18
Pescaito frito (boquerones enharinados caseros) A8 A1 17 18
Guarnición: pipirrana A7 A8 17 18
Torrija saludable con canela A1 A7 A9 11 17

- Sopa de fideos y alitas de pollo. Fruta

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 2 veces a la 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

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

02 670 58 27 37

Crema de verdures de temporada
Aletes de pollastre al forn amb xampinyons i creïlles 15 17 18
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada

- Aladroc's arrebossats amb tomaca

03 709 69 34 29

Espaguetis integrals a la carbonara vegetal A9 A1 A7 A10 A14 I7 I11 I6
Lluç amb ceba A8 I7 I8
Guarnició: amanida de temporada
Iogurt natural amb fruita A9 I11 I7

- Llom en salsa amb gnocchis. Fruita

04 657 70 27 29

Potatge de cigrons amb verdures A3 I6
Truita d'albergina i formatge A7 A9 I11 I7
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada

- Wok de vedella amb verdures thai. Fruita

05 716 96 14 29

Paella valenciana 18 15 17 16 I10
Hummus cassolà A3 I6
Guarnició: bastons de moniato
Fruita de temporada

- Bledes amb ou i nous. Fruita

06 711 69 31 31

Fabada asturiana A3 A9 A13 A14 15 12 18 I7 I6 I11 I10
Remenat de pisto A7 I7
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada ecològica

- Bacallà amb creïlles i espinacs. Fruita

09 763 52 26 49

Guisat de creïlles, pèsols i ou dur A7 I7 I6
Mandonguilles mixtes en salsa de tomaca A3 A14 15 17 18 I11 I2 I6
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada

- Sopa de verdures i truita safanòria. Fruita

10 609 63 28 27

Lentilles estofades amb carabassa ECO A1 I6 I9
Truita francesa A7 I7
Guarnició: pèsols saltats I6
Fruita de temporada

- Crema i panini de pernil i formatge. Fruita

11 748 76 28 36

Fideuà A4 A1 A7 A8 A3 A11 A14 A10 I8 I7 I6
Fesols tendres saltats amb bacon 12 15 17 18 I6 I10
Guarnició: amanida de temporada
Iogurt natural amb fruita A9 I11 I7

- "Fajitas" de pollastre amb verdures. Fruita

12 582 59 25 26

Crema de fesols amb porro i boniato A3 I10 I6
Pollastre al xilindró (salsa casolana de pebrot, tomaca, ceba) 17 18 15
Guarnició: cascs de creïlla rostida
Fruita de temporada

- Lluç amb samfaina i cuscús. Fruita

13 868 107 30 34

Arròs al forn (1º) A3 A9 A13 A14 I8 I7 15 I2 I6 I11
Mossets de salmó cruixent casolans A8 A1 A10 A14 A7 I6 I7 I8
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada

- Daus de tofu amb verdures. Fruita

16 582 50 20 33

Creïlles forneres amb carabasseta i pimentó
Magre en salsa 12 15 18 I7
Guarnició: panotxa de dacsa
Fruita de temporada

- Bacallà amb crema de carabassa. Fruita

17 681 73 32 26

Fesols pintes amb verdures I6 I10
Truita calzone A7 A9 A14 12 16 18 I11 I5 I7
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada ecològica

- Gall d'indi amb pinya. Fruita

18 685 81 25 28

Mac and cheese A1 A9 A10 A14 A7 I6 I7 I11
Calamars en salsa de tomaca A3 A8 A11 A4 I7 I8
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada

- Hamburguesa vegetal. Fruita

19 784 68 40 37

Sopa d'arròs 15 17 18
Pastís de creïlla amb soja texturitzada A9 A1 A12 A13 A14 I11 I6 I7
Guarnició: amanida de temporada
Iogurt artesà valencià A9 I11 I7

- Bullit valencià i salmó. Fruita.

20 586 68 21 24

Potatge de cigrons amb espinacs A3 I6
Torrada integral casolana enforçada (tomaca, ou regirat, formatge) A1 A7 A9 I7 I11
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada

- Menestra amb alls i llom. Fruita

23 724 68 36 33

Arròs amb fesols i naps 12 15 16 17 18 I10
Rustidera de lluç (amb ceba i pimentó roig) A8 I7 I8
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada

- Pollastre amb poma i verdures. Fruita

24 723 63 40 33

Sopa de fideus A1 A7 A10 A14 18 15 17 I2 I11 I6
Putxero A3 A9 A14 12 16 17 15 18 I11
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada

- Daurada amb xips de moniato. Fruita

25 668 57 31 35

Crema de xampinyons amb crostons integrals casolans A9 A1 I7 I11
Hamburguesa de pollastre amb formatge A9 A3 15 17 18 I11 I6
Guarnició: faves saltejades I6
Fruita de temporada

- Torrada d'alvocat amb regirat de tonyina. Fruita

26 760 106 24 26

Espirals integrals amb bolonyesa de llenties A1 A7 A10 A14 I9 I6
Truita de creïlles A7 I7
Guarnició: arbrets de coliflor A1
Fruita de temporada ecològica

- Pizza de pernil dolç i formatge casolana. Fruita

27 830 45 52 48

'Papas con choco' A3 A4 A8 A11 I7 I8
Pescaito (aladroc's arrebossats cassolans) A8 A1 I7 I8
Guarnició: pipirrana A7 A8 I7 I8
'Torrja' saludable amb canyella A1 A7 A9 I11 I7

- Sopa de fideus i ales de pollastre. Fruita

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 - Cerdó I6 - Legumbres I9 - Lentejas I8 - No apto ovo-lacto-vegetariano I7 - No apto vegano

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