



09 765 107 27 25 Tomate, zanahoria, maíz y aceitunas Coditos a la napolitana con queso A1 A7 A9 I11 I7 Solomillo de pollo empanado A1 A2 A9 A14 I6 I5 I7 I11 I8 Fruta - Champiñones al ajillo y revuelto. Fruta	10 597 45 29 32 Ensalada con fruta Sopa de fideos con garbanzos A3 A1 A7 I7 I5 I8 I6 Merluza en salsa de tomate con judías verdes A8 I8 I7 I6 Fruta - Berenjena rellena. Fruta	11 709 58 19 44 Ensalada de verduras de temporada Crema de calabacín y zanahoria ECO con picatostes integrales caseros A1 Albóndigas mixtas en salsa jardinera A3 A14 I11 I6 I2 I5 I7 I8 Fruta - Brocheta de salmón con verduras. Fruta	12 745 118 25 19 Hummus con crudités de verduras I6 Arroz a banda A1 A3 A4 A7 A8 A9 A11 A13 A14 I8 I7 I11 I6 Tosta de tomate y atún A1 A8 I7 I8 Fruta - Crema de zanahoria y tortilla. Fruta	13 663 67 32 29 Ensalada con fruta Lentejas a la jardinera A1 A3 I9 I6 Revuelto de bacon A7 A9 A14 I8 I5 I7 I11 I2 I6 Pizza de chocolate A14 A1 A10 A9 A13 I6 I11 I7 - Hamburguesa vegetal. Fruta
16 691 66 24 36 Ensalada de verduras de temporada Hervido valenciano I6 Alitas de pollo con salsa barbacoa casera y mazorca de maíz A1 A14 I6 I5 I8 I7 Fruta - Pescado con chips de verduras. Fruta	17 723 87 27 29 Ensalada con fruta Potaje de garbanzos con verduras A3 I6 Tortilla francesa con "pan tumaca integral" A1 A7 I7 Fruta - Lomo en salsa con ñoquis. Fruta	18 659 78 25 27 Ensalada de verduras de temporada Macarrones ECO con tomate, brócoli y queso A1 A9 I7 I11 Bacalao gratinado con alioli A7 A8 I7 I8 Fruta - Pavo asado con piña. Fruta	19 604 49 20 35 Guacamole con nachos A9 I6 I11 Ensalada de alubias blancas (lechuga, tomate, pepino, maíz, aceitunas) con atún A8 I8 I7 I10 I6 Tortilla de calabacín y patata A7 I7 Fruta - Bacalao con verduras. Fruta	20 785 76 26 39 Ensalada con fruta Paella valenciana I8 I5 I7 I6 I10 Boquerones rebozados A1 A4 A7 A8 A9 A10 A11 A14 I8 I7 I11 I6 Yogur A9 I7 I11 - Revuelto de puerro con patatas. Fruta
23 615 65 26 27 Ensalada con queso servilleta valenciano A9 I7 I11 Guisado de patatas con verduras de temporada A3 I6 Pavo en salsa jardinera con noddles I6 I5 I8 I7 Fruta - Tostada de huevo con aguacate. Fruta	24 779 97 35 28 Ensalada de verduras de temporada Lentejas ecológicas con verduras A3 A1 I6 I9 Calamares enharinados caseros con chips de boniato A4 A8 A1 A10 A14 I7 I8 I6 Fruta - Albóndigas en salsa zanahoria. Fruta	25 685 85 22 28 Chupito de gazpacho andaluz A1 Espaguetis integrales al baflo (tomate, nata, jamón york) A9 A14 A1 A7 A10 I6 I7 I8 I2 I5 I11 Tortilla francesa con ensalada A7 I7 Fruta - Dorada a la plancha con pimientos. Fruta	26 697 61 35 34 Ensalada de verduras de temporada Potaje de garbanzos con verduras A3 I6 Longanizas 100% pollo con salsa de tomate A3 I6 I8 I7 I5 Yogur artesano valenciano A9 I11 I7 - Coliflor especiada con atún. Fruta	27 807 98 33 31 Ensalada con fruta Arroz a la cubana con huevo duro A7 I7 Merluza en salsa verde con guisantes A8 I7 I6 I8 Fruta - Lasaña de calabacín y soja text. Fruta

30 606 51 25 32 Ensalada de verduras de temporada Sopa de ave con estrellitas A1 A7 I8 I5 I7 Lomo adobado con cebollita pochada y queso A9 I11 I5 I2 I7 I8 Fruta - Salmón a la plancha con guisantes. Fruta
--



La recomendación de cena son los platos detallados en la franja azul inferior. Se ofrecerá pan integral DOS veces por semana.

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

A13 - Frutos de cascara A14 - Soja

Kilocalorías Proteínas Hidratos Grasas

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

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



09 765 107 27 25 Tomaca, carlota, blat de moro i olives Codits a la napolitana amb formatge A1 A7 A9 I11 I7 Filet de pollastre arrebossat A1 A2 A9 A14 I6 I5 I7 I11 I8 Fruita Xampinyons amb allada i ou regirat. Fruita	10 597 45 29 32 Amanida amb fruita Sopa de fideus amb cigrons A3 A1 A7 I7 I5 I8 I6 Lluç amb salsa de tomaca i mongetes verdes A8 I8 I7 I6 Fruita - Albergínia farcida. Fruita	11 709 58 19 44 Amanida de verdures de temporada Crema de carbasseta i carlota ECO amb crostons integrals casolans A1 Mandonguilles mixtes en salsa jardinera A3 A14 I11 I6 I2 I5 I7 I8 Fruita - Broqueta de salmó amb verdures. Fruita	12 745 118 25 19 Hummus amb cruditès de verdures I6 Arròs a banda A1 A3 A4 A7 A8 A9 A11 A13 A14 I8 I7 I11 I6 Tosta de tomaca natural i tonyina A1 A8 I7 I8 Fruita - Crema de carlota i truita. Fruita	13 663 67 32 29 Amanida amb fruita Llenties a la jardinera A1 A3 I9 I6 Regirat de bacon A7 A9 A14 I8 I5 I7 I11 I2 I6 Pizza de xocolata A14 A1 A10 A9 A13 I6 I11 I7 - Hamburguesa vegetal. Fruita
16 691 66 24 36 Amanida de verdures de temporada Bullit valencià I6 Aletes de pollastre amb salsa barbacoa casolana i panotxa de blat de moro A1 A14 I6 I5 I8 I7 Fruita - Peix al forn amb xips de verdures. Fruita	17 723 87 27 29 Amanida amb fruita Potatge de cigrons amb verdures A3 I6 Truita francesa amb "pa tumaca integral" A1 A7 I7 Fruita - Llom en salsa amb nyoquis. Fruita	18 659 78 25 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 - Gall d'indi amb pinya. Fruita	19 604 49 20 35 Guacamole amb natxos A9 I6 I11 Amanida de mongetes (lletuga, tomaca, cogombre, dacsca, olives) amb tonyina A8 I8 I7 I10 I6 Truita de carabasseta i creïlla A7 I7 Fruita - Bacallà amb verdures. Fruita	20 785 76 26 39 Amanida amb fruita Paella valenciana I8 I5 I7 I6 I10 Seitons arrebossats A1 A4 A7 A8 A9 A10 A11 A14 I8 I7 I11 I6 Iogurt A9 I7 I11 - Remenat de porro amb creïlles. Fruita
23 615 65 26 27 Amanida amb formatge servilleta valencià A9 I7 I11 Guisat de creïlles amb verdures de temporada A3 I6 Titot en salsa jardinera amb noddles I6 I5 I8 I7 Fruita Torrada d'ou amb alvocat. Fruita	24 779 97 35 28 Amanida de verdures de temporada Llenties ecològiques amb verdures A3 A1 I6 I9 Calamars enfarinats casolans amb xips de boniato A4 A8 A1 A10 A14 I7 I8 I6 Fruita - Mandonguilles en salsa de carlota. Fruita	25 685 85 22 28 Xupito de gaspatxo andalus A1 Espaguetis integrals al baf (tomaca, nata, pernil dolç) A9 A14 A1 A7 A10 I6 I7 I8 I2 I5 I11 Truita francesa amb amanida A7 I7 Fruita - Daurada a la planxa amb pimentons. Fruita	26 697 61 35 34 Amanida de verdures de temporada Potatge de cigrons amb verdures A3 I6 Llonganisses 100% pollastre amb salsa de tomata A3 I6 I8 I7 I5 Iogurt artesà valencià A9 I11 I7 - Coliflor especiats amb tonyina. Fruita	27 807 98 33 31 Amanida amb fruita Arròs a la cubana amb ou dur A7 I7 Lluç amb salsa verda amb amb pèsols A8 I7 I6 I8 Fruita - Lasanya de carabasseta i soja texturada. Fruita

30 606 51 25 32 Amanida de verdures de temporada Sopa d'au amb estrelletes A1 A7 I8 I5 I7 Llom adobat amb ceba potxada i formatge A9 I11 I5 I2 I7 I8 Fruita Salmó a la planxa amb pèsols. Fruita

Back to School

La recomanació de sopar són els plats detallats en la franja blava inferior. S'oferirà pa integral DUES vegades per setmana.

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 ovolactovegetariano I7 - No apto vegano

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