



04 790 82 35 28

Ensalada con fruta
Lentejas ecológicas con verduras A3 A1 I6 I9
Boquerones enharinados con salsa tártara casera A1 A3 A4 A7 A8 A10 A14 A2 I6 I8 I7
Fruta

- Crema de zanahoria y tortilla. Fruta

05 540 49 25 25

Ensalada con aceitunas
Sopa de fideos A1 A7 A10 A14 I8 I5 I7 I2 I11 I6
Lomo adobado con cebollita pochada y queso A9 I11 I8 I7 I2 I5
Fruta

- Ensalada de quinoa. Fruta

06 811 90 25 37

Hummus con tiras de pan con aceite y pimentón A1 A3 I6
Macarrones integrales a la genovesa (champiñón, bacon y tomate) A1 A7 A10 A14 I5 I2 I8 I7 I6
Tortilla francesa con ensalada A7 I7
Fruta

- Brocheta de salmón con verduras. Fruta

07 665 47 20 43

Ensalada con fruta
Crema de verduras y legumbres A3 A1 I6 I9 I10
Albóndigas mixtas en salsa jardinera A3 A14 I6 I5 I7 I8 I11 I2
Fruta

- Wok de verduras con soja text. Fruta

08 852 96 40 35

Ensalada de verduras de temporada
Arroz a la cubana con huevo duro A7 I7
Salmón en salsa verde con guisantes A8 I8 I7 I6
Yogur artesano valenciano A9 I11 I7

- Alas de pollo con boniato. Fruta



14 666 86 24 25

Montadito integral de tomate A1
Ensalada completa con huevo A7 I7
Gazpacho manchego (tortas cenceñas, pollo) A1 A3 I8 I5 I7
Fruta

- Pescado con verduras al papillote. Fruta

15 730 73 29 32

Ensalada con fruta
Fabada A3 A9 A13 A14 I5 I2 I8 I7 I6 I11 I10
Tortilla de patatas con pisto casero A7 I7
Fruta

- Crema y panini de jamón y queso. Fruta

18 733 86 27 31

Ensalada de verduras de temporada
Lentejas a la jardinera A1 A3 I9 I6
Cuadraditos de merluza rebozados con chips de boniato A1 A8 A10 A14 I8 I7 I6
Fruta

- Pavo con col al pimentón. Fruta

19 631 67 20 31

Ensalada con fruta
Guisado de patatas con verduras de temporada y majado A3 A5 A13 A1 A9 A10 A14 I11 I6
Tortilla francesa con tostadita horneada de tomate y queso A1 A7 A9 I11 I7
Fruta

- Abadejo al horno con espárragos. Fruta

20 876 97 34 35

Coleslaw A7 I7
Mac and cheese (Coditos con salsa de queso gratinados) A1 A9 A10 A14 A7 I11 I7 I6
Chicken burger con aros de cebolla A1 A4 A8 A9 A10 A11 A14 I8 I7 I6 I5 I11
Milkshake Americano (batido de chocolate) A9 I11 I7

- Alcachofas y lubina al horno. Fruta

21 781 76 49 30

Ensalada de verduras de temporada
Sopa de puchero A1 A7 A10 A14 I8 I7 I5 I2 I6
Cocido completo A3 A9 A14 I2 I6 I11 I8 I5 I7
Fruta

- Champiñones al ajillo y revuelto. Fruta

22 697 89 29 24

Ensalada con fruta
Arroz cuatro delicias casero (guisantes, york, zanahoria, tortilla) A7 A14 I5 I2 I7 I8 I6
Rustidera de bacalao (con cebolla y pimiento rojo) A4 A8 I8 I7
Fruta

- Lomo en salsa con ñoquis. Fruta

25 712 81 19 35

Ensalada de verduras de temporada
Fideuà A4 A1 A7 A8 A3 A9 A11 A13 A14 A10 I8 I7 I11 I6
Nuggets de brócoli A1 A7 A9 I7 I11
Fruta

- Longanizas con pisto casero. Fruta

26 590 56 26 29

Ensalada con fruta
Crema de calabacín y zanahoria ECO con picatostes integrales caseros A1
Pollo al ajillo con champiñones A3 I8 I5 I7
Fruta

- Tortilla francesa y brócoli hervido. Fruta

27 773 74 39 33

Ensalada de verduras de temporada
Alubias pintas con verduras I6 I10
Ventresca de merluza con all i oli de tomate con cama de patatas A8 A7 I8 I7
Fruta

- Puré con tosta de jamón serrano. Fruta

28 620 73 16 26

Ensalada con fruta
Paella valenciana I8 I5 I7 I6 I10
Mini pizzas de calabacín A9 I11 I7
Yogur A9 I7 I11

- Salmón con calabacín. Fruta

29 658 70 28 29

Ensalada de verduras de temporada
Garbanzos con calabaza I6
Tortilla de atún A7 A8 I8 I7
Fruta

- Wok de ternera con verduras thai. Fruta

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



04 790 82 35 28

Amanida amb fruita
Llenties ecològiques amb verdures A3 A1 I6 I9
Seitons enfarinats amb salsa tàrtara casolana A1 A3 A4 A7 A8 A10 A14 A2 I6 I8 I7
Fruita

-Crema de carlota i fruita. Fruita

05 540 49 25 25

Amanida amb olives
Sopa de fideus A1 A7 A10 A14 I8 I5 I7 I2 I11 I6
Llom adobat amb ceba potxada i formatge A9 I11 I8 I7 I2 I5
Fruita

- Amanida de quinoa. Fruita

06 811 90 25 37

Humus amb tires de pa amb oli i pimentó dolç A1 A3 I6
Macarrons integrals a la genovesa (xampinyó, bacó i tomàquet) A1 A7 A10 A14 I5 I2 I8 I7 I6
Truita francesa amb amanida A7 I7
Fruita

- Broqueta de salmó amb verdures. Fruita

07 665 47 20 43

Amanida amb fruita
Crema de llegums i verdures A3 A1 I6 I9 I10
Mandonguilles mixtes en salsa A3 A14 I6 I5 I7 I8 I11 I2
Fruita

- Wok de verdures amb soja text. Fruita

08 852 96 40 35

Amanida de verdures de temporada
Arròs a la cubana amb ou dur A7 I7
Salmó amb salsa verda amb amb pèsols A8 I8 I7 I6
Iogurt artesà valencià A9 I11 I7

- Ales de pollastre amb moniato. Fruita

FESTIVO
Grupo
CAPS
FESTIU

FESTIVO
Grupo
CAPS
FESTIU

FESTIVO
Grupo
CAPS
FESTIU

18 733 86 27 31

Amanida de verdures de temporada
Llenties a la jardinera A1 A3 I9 I6
Quadradets de lluç arrebossats amb xips de moniato A1 A8 A10 A14 I8 I7 I6
Fruita

- Pavo amb col al pebre roig. Fruita

19 631 67 20 31

Amanida amb fruita
Guisat de creïlles amb verdures de temporada i picada A3 A5 A13 A1 A9 A10 A14 I11 I6
Truita francesa amb pa torrat en tomaca i formatge A1 A7 A9 I11 I7
Fruita

- Abadejo al forn amb espàrrecs. Fruita

20 876 97 34 35

Coleslaw A7 I7
Mac and cheese (pasta amb salsa de formatge gratinats) A1 A9 A10 A14 A7 I11 I7 I6
"Chicken burger" amb cèrcols de ceba A1 A4 A8 A9 A10 A11 A14 I8 I7 I6 I5 I11
Milkshake Americà (batut de xocolata) A9 I11 I7

-Carxofes i llobarro al forn. Fruita

21 781 76 49 30

Amanida de verdures de temporada
Sopa de putxero A1 A7 A10 A14 I8 I7 I5 I2 I6
Olla completa A3 A9 A14 I2 I6 I11 I8 I5 I7
Fruita

Xampinyons amb allada i ou regirat. Fruita

22 697 89 29 24

Amanida amb fruita
Arròs quatre delícies casolà (pèsols, pernil dolç, carlota, ou) A7 A14 I5 I2 I7 I8 I6
Rustidera de bacallà (amb ceba i pimentó roig) A4 A8 I8 I7
Fruita

- Llom en salsa amb nyoquis. Fruita

25 712 81 19 35

Amanida de verdures de temporada
Fideuà A4 A1 A7 A8 A3 A9 A11 A13 A14 A10 I8 I7 I11 I6
Nuggets de bròquil A1 A7 A9 I7 I11
Fruita

- Llonganisses amb samfaina casolana. Fruita

26 590 56 26 29

Amanida amb fruita
Crema de carbasseta i carlota ECO amb crostons integrals casolans A1
Pollastre amb alls amb xampinyons A3 I8 I5 I7
Fruita

Truita francesa i bròcoli bullit. Fruita

27 773 74 39 33

Amanida de verdures de temporada
Fesols pintes amb verdures I6 I10
Lluç amb all i oli de tomaca amb llit de creïlla A8 A7 I8 I7
Fruita

- Purés amb torra de pernil. Fruita

28 620 73 16 26

Amanida amb fruita
Paella valenciana I8 I5 I7 I6 I10
Mini pizzes de carabasseta A9 I11 I7
Iogurt A9 I7 I11

- Salmó amb carabasseta. Fruita

29 658 70 28 29

Amanida de verdures de temporada
Cigrons amb carabassa I6
Truita de tonyina A7 A8 I8 I7
Fruita

- Wok de vedella amb verdures thai. Fruita

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