



04 790 82 35 28

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

- Crema de zanahoria y tortilla. Fruta

05 540 49 25 25

Ensalada con aceitunas
Sopa de verduras con fideos A1 A7 A6
Salchicha vegana con cebollita pochada y queso A9
Fruta

- Ensalada de quinoa. Fruta

06 811 90 25 37

Hummus con tiras de pan con aceite y pimentón A1 A3 I6
Macarrones integrales con tomate, champiñón y zanahoria A3 A1 A7 A10 A14
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 veganas en salsa (V) A1
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

Tortilla francesa con bastones de boniato



14 666 86 24 25

Montadito integral de tomate A1
Ensalada completa con huevo A7 I7
Gaznacho manchego vegano A1 A3 A12 A13 A14
Fruta

- Pescado con verduras al papillote. Fruta

15 730 73 29 32

Ensalada con fruta
Fabada vegetal
Tortilla de patatas con pisto casero A7 I7
Fruta

Panini de queso

18 733 86 27 31

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

- Tostada de huevo con aguacate. 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
Hamburguesa de coliflor y queso con guarnición A1 A7 A9 A12
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 verduras con fideos A1 A7 A6
Garbanzos rehogados con verduras y patata A3
Fruta

- Champiñones al ajillo y revuelto. Fruta

22 697 89 29 24

Ensalada con fruta
Arroz tres delicias sin jamón cocido A7
Rustidera de bacalao (con cebolla y pimiento rojo) A4 A8 I8 I7
Fruta

Gratén de patatas, verduras y queso

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

Bacalao con pisto

26 590 56 26 29

Ensalada con fruta
Crema de calabacín y zanahoria ECO con picatostes integrales A1 caseros
Revuelto de champiñón A7 A3
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

Panini casero de atún

28 620 73 16 26

Ensalada con fruta
Paella de verduras
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

Cuadrados de merluza rebozados con coliflor crunchy

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 truita. Fruita

05 540 49 25 25

Amanida amb olives
Sopa de verdures amb fideus A1 A7 A6
Salsitxa vegana amb ceba potxada i formatge A9
Fruita

- Amanida de quinoa. Fruita

06 811 90 25 37

Hummus amb tires de pa amb oli i pimentó dolç A1 A3 I6
Macarrons integrals amb tomata, xampinyó i carlota A3 A1 A7 A10 A14
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 veganes en salsa (V) A1
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

Truita francesa amb bastons de moniato



14 666 86 24 25

Montadet integral de tomaca A1
Amanida completa amb ou A7 I7
Gaspatxo manxec vegà A1 A3 A12 A13 A14
Fruita

- Peix amb verdures al "papillot". Fruita

15 730 73 29 32

Amanida amb fruita
Favada vegetal
Truita de creïlla amb samfaina A7 I7
cassolana
Fruita

Panini formatge

18 733 86 27 31

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

Torrada d'ou amb alvocat. 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
Hamburguesa de colflor i formatge amb guarnició A1 A7 A9 A12
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 verdures amb fideus A1 A7 A6
Cigrons ofegats amb verdures i creïlles A3
Fruita

Xampinyons amb allada i ou regirat. Fruita

22 697 89 29 24

Amanida amb fruita
Arròs tres delícies sense ou A7
Rustidera de bacallà (amb ceba i pimentó roig) A4 A8 I8 I7
Fruita

Creïlles gratinades, verdures i formatge

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

Bacallà amb samfaina

26 590 56 26 29

Amanida amb fruita
Crema de carbasseta i carlota ECO amb crostons integrals casolans A1
Ou remenat amb xampinyó A7 A3
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 A8 A7 I8 I7
amb llit de creïlla
Fruita

Panini casolà de tonyina

28 620 73 16 26

Amanida amb fruita
Paella de verdures
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
Quadradets de lluç arrebossats amb coliflor crunchy

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