



02

854 94 29 39

Ensalada de verduras de temporada

Macarrones ecológicos a la napolitana con queso A9 A1 A10 A14 I7 I11 I6

Alitas de pollo con salsa de soja y miel con puré de patata A1 A14 A9 I11 I6 I7 I5 I8

Fruta

- Pescado con verduras al papillote. Fruta

03

685 68 42 27

Ensalada con fruta

Lentejas de la abuela A1 A3 I8 I2 I5 I7 I6 I9

Gallo San Pedro al limón con judías verdes A8 I7 I8 I10 I6

Fruta

- Ragut de magro con tomates cherry. Fruta

04

599 74 19 25

Ensalada de verduras de temporada

Arroz del senyoret A3 A4 A8 A11 I8 I7 I6

Revuelto del chef A7 I7

- Pavo con col al pimentón. Fruta

05

620 37 24 42

Ensalada de verduras de temporada

Crema bretona (alubias blancas y puerros) A9 I6 I7 I11 I10

Longanizas con salsa de tomate A3 A9 I11 I2 I8 I7 I5

Yogur artesano valenciano A9 I11 I7

- Alcachofas y lubina al horno. Fruta



09

596 69 28 24

Ensalada de verduras de temporada

Sopa de pescado (con estremitas) A8 A3 A4 A11 A1 A7 A10 A14 I7 I8 I6

Solomillo de pollo empanado con maíz salteado A1 A2 A9 A14 I7 I5 I6 I11 I8

Fruta

- Hamburguesa vegetal. Fruta

10

735 78 28 34

Ensalada con fruta

Potaje de garbanzos con verduras A3 I6

Tortilla de patatas con queso A9 A7 I11 I7

Fruta

- Wok de ternera con verduras thai. Fruta

11

703 81 31 27

Ensalada de verduras de temporada

Espaguetis a la carbonara A14 A1 A7 A9 A10 I6 I7 I5 I8 I11 I2

Ventresca de merluza con guisantes salteados A8 I8 I7 I6

Fruta

- Dados de tofu con verduras. Fruta

12

700 49 26 42

Ensalada de verduras de temporada

Crema vikinga de calabaza y coliflor

Kottbullar (Albóndigas suecas a la crema con cous cous) A1 A3 A9 A10 A14 I11 I2 I6 I5 I8 I7

Bizcocho de manzana y canela A9 A1 A7 A10 A14 I7 I6 I11

- Tortilla y berenjena con burrata. Fruta

13

782 97 14 36

Ensalada con fruta

Arroz al horno (1º) A3 A9 A13 I2 I8 I6 I7 I5 I11

Croquetas de pollo de la abuela A1 A4 A7 A8 A9 A11 A14 I7 I8 I6 I5 I11 I2

Fruta

- Verduras y salmón al papillote. Fruta

16

558 48 25 29

Ensalada con queso fresco A9 I7 I11

Crema de puerros y pera A3

Magro de cerdo en salsa jardinera (tomate, cebolla, guisantes, zanahoria) I8 I5 I7 I6 I2

Fruta

- Huevos rotos con salmón. Fruta

17

714 79 40 27

Ensalada de verduras de temporada

Lentejas ecológicas con verduras A3 A1 I6 I9

Gallineta en salsa mery (ajo y perejil) con champiñones A3 A8 I8 I7

Fruta

- Pollo al curry con cous cous. Fruta

18

588 72 21 22

Ensalada de verduras de temporada

Macarrones integrales con tomate y atún A8 A1 A7 A10 A14 I7 I8 I6

Tortilla de berenjena y queso A9 A7 I7 I11

Fruta

- Merluza con patatas y espárragos. Fruta

19

678 101 26 16

Ensalada con fruta

Alubias blancas guisadas con verduras A3 I10 I6

Panini casero de jamón york y queso A1 A9 A14 I5 I7 I11 I2 I8 I6

Fruta

- Wok de ternera con verduras thai. Fruta

20

783 64 39 41

Ensalada gourmet con naranja

Sopa de Navidad A1 A7 A10 A14 I8 I5 I7 I2 I6

Redondo de pavo en salsa con patatas panaderas A1 A14 I5 I7 I8 I6

Bolitas navideñas de chocolate A1 A7 A9 A13 A14 I7 I11 I6

- Bacalao gratinado con ensalada. Fruta

23

0 0 0 0



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

Felices Fiestas



02

854 94 29 39

Amanida de verdures de temporada

Macarrons ecològics a la napolitana amb formatge A9 A1 A10 A14 I7 I11 I6

Aletes de pollastre amb salsa de soja i mel amb puré de creïlla A1 A14 A9 I11 I6 I7 I5 I8

Fruita

- Peix amb verdures al "papillot". Fruita

03

685 68 42 27

Amanida amb fruita

Llenties de A1 A3 I8 I2 I5 I7 I6 l'àvia I9

Gallo San Pedro al llimó amb bajoqueta A8 I7 I8 I10 I6

Fruita

- Magre amb tomaques cherry. Fruita

04

599 74 19 25

Amanida de verdures de temporada

Arròs del A3 A4 A8 A11 I8 I7 senyoret I6

Regirat del xef A7 I7

- Pavo amb col al pebre roig. Fruita

05

620 37 24 42

Amanida de verdures de temporada

Crema bretona (fesols A9 I6 I7 blancs i porros) I11 I10

Llonganisses amb A3 A9 I11 I2 salsa de tomata I8 I7 I5

Iogurt artesà valencià A9 I11 I7

- Carxofes i llobarro al forn. Fruita



09

596 69 28 24

Amanida de verdures de temporada

Sopa de peix A8 A3 A4 A11 A1 A7 (amb estreletes) A10 A14 I7 I8 I6

Filet de pollastre A1 A2 A9 empanat amb blat de I11 I8 moro saltat I5 I6

Fruita

- Hamburguesa vegetal. Fruita

10

735 78 28 34

Amanida amb fruita

Potatge de cigrons amb A3 verdures I6

Truita de creïlla amb A9 A7 I11 formatge I7

Fruita

- Wok de vedella amb verdures thai. Fruita

11

703 81 31 27

Amanida de verdures de temporada

Espaguetis a la A14 A1 A7 A9 A10 I6 carbonara I7 I5 I8 I11 I2

Ventresca de lluç amb pèsols A8 I8 I7 saltats I6

Fruita

- Daus de tofu amb verdures. Fruita

12

700 49 26 42

Amanida de verdures de temporada

Crema vikinga de carabassa i coliflor

Kottbullar A1 A3 A9 (mandonguilles A10 A14 I11 sueques a la crema I2 I6 I5 I8 I7 amb cous cous)

Coca de poma i A9 A1 A7 A10 A14 canyella I7 I6 I11

- Truita i alberginia amb burrata. Fruita

13

782 97 14 36

Amanida amb fruita

Arròs al forn A3 A9 A13 I2 I8 I6 I7 (1º) I5 I11

Croquetes de A1 A4 A7 A8 A9 A11 pollastres de la I14 I7 I8 I6 I5 I11 iaia I2

Fruita

- Verdures i salmó al papillot. Fruita

16

558 48 25 29

Amanida amb formatge A9 I7 fresc I11

Crema de porros i pera A3

Magre de porc en salsa I8 I5 (tomaca, ceba, pesols, carlota) I7 I6 I2

Fruita

- Ous trencats amb salmó. Fruita

17

714 79 40 27

Amanida de verdures de temporada

Llenties ecològiques amb A3 A1 I6 verdures I9

Gallineta amb salsa mery amb A3 A8 xampinyons I8 I7

Fruita

- Pollastre al curri amb cous cous. Fruita

18

588 72 21 22

Amanida de verdures de temporada

Macarrons integrals A8 A1 A7 A10 amb tomàquet i A14 I7 I8 I6 tonyina

Truita d'albergina i A9 A7 I7 formatge I11

Fruita

- Lluç amb creïlles i espàrrecs. Fruita

19

678 101 26 16

Amanida amb fruita

Guisat de fesols amb A3 I10 verdures I6

Panini casolà de A1 A9 A14 I5 pernil dolç i formatge I7 I11 I2 I8 I6

Fruita

- Wok de vedella amb verdures thai. Fruita

20

783 64 39 41

Amanida "gourmet" amb taronja

Sopa de A1 A7 A10 A14 I8 I5 I7 Nadal I2 I6

Redó de polit en salsa amb A1 A14 I5 creïlles forneres I7 I8 I6

Boletes A1 A7 A9 A13 nadalenques de I14 I7 I11 I6 xocolata

- Bacallà gratinat amb amanida. Fruita

23

0 0 0 0

HAPPY HOLIDAYS



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 - 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

Felices Fiestas