



Grupo CAPS



Menú Sin Cerdo - abril

CEIP Serra d'Aitana



01 707 79 22 31 Ensalada con fruta Olleta alicantina A3 A1 I9 I6 I10 Tortilla francesa con chips de yuca A7 I7 Fruta - Sandwich de queso, salmón y manzana. Fruta	02 713 88 31 27 Ensalada de verduras de temporada Gazpacho manchego (tortas cenceñas, pollo) A1 A3 I5 I7 I8 Merluza al horno con base de tomate frito casero y cebollita pochada A8 I7 I8 Fruta ecológica Crema de puerros y patata	03 849 99 26 38 Entrante de hummus de remolacha con nachos A3 I6 Ensalada completa con sardinilla A8 I8 I7 Paella valenciana con alcachofas y pollo de campo I5 I6 I10 I7 I8 Yogur artesano valenciano A9 I11 I7 -Ensalada de arándanos, zanahoria, huevo y queso feta. Fruta	04 842 98 30 36 Ensalada con fruta Garbanzos con calabaza I6 Coca de titaina A1 A10 A14 A8 I7 I8 I6 Fruta - Dorada a la espalda con verduras. Fruta
07 632 71 27 26 Ensalada con fruta Arròs amb fesols i naps vegetal (V) Huevos a la flamenca A7 I6 I7 Fruta Gratén de patatas, verduras y queso	08 665 67 24 32 Ensalada de verduras de temporada Macarrones integrales con salsa de verduras gratinados A1 A7 A3 A10 A14 A9 I7 I11 I6 Fogonero con cebolla caramelizada y zanahoria A8 I8 I7 Fruta - Pavo con col al pimentón. Fruta	09 694 84 30 27 Ensalada valenciana (tomate, lechuga, cebolla y aceitunas) Crema mediterránea ECO con picatostes integrales caseros A1 Pollo al horno con patatas asadas tex-mex I5 I8 I7 Smoothie casero de plátano y fresas A9 I7 I11 - Wok de ternera con verduras thai. Fruta	10 782 69 37 40 Ensalada con fruta Lentejas con verduras A1 A3 Albóndigas de pollo en salsa A3 Fruta - Huevos rotos con salmón. Fruta
14 642 60 37 26 Montadito integral de queso crema A1 A9 I11 I7 Sopa de verduras con fideos A1 A7 A6 Merluza rebozada casera con ensalada de tomate y aguacate A1 A7 A8 A10 A14 I7 I8 I6 Fruta - Hamburguesa vegetal. Fruta	15 918 106 42 33 Ensalada con fruta Locro argentino vegano Choripán con longaniza 100% pollo A1 A3 Chocotorta A9 A1 A7 A10 A14 I6 I7 I11 - Bacalao gratinado con crema de calabaza. Fruta	16 662 76 27 27 Ensalada de verduras de temporada Arroz con pollo Huevos rellenos (yemas, tomate frito y atún) A7 A8 I7 I8 Fruta - Pollo con manzana asada y verduras. Fruta	FESTIVO FESTIU Grupo CAPS
21 0 0 0 0 FELICES VACACIONES Grupo CAPS FESTIU			
FESTIVO FESTIU Grupo CAPS	29 824 80 24 47 Tomate, zanahoria, maíz y aceitunas Españolitos con champiñones y cebolla A3 A1 A7 Lágrimas de pollo empanadas caseras A1 A10 A14 Fruta - Bacalao gratinado con ensalada. Fruta	30 833 92 36 36 Ensalada con fruta Crema arcoiris de legumbres A1 I6 I9 Alitas de pollo adobadas al horno con patatas dado I7 I5 I8 Fruta ecológica - Migas de coliflor con huevo. Fruta	

La recomendación de la 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

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



Menú Sin Cerdo - abril



01 707 79 22 31 Amanida amb fruita Olleta alicantina A3 A1 I9 I6 I10 Truita francesa amb xips de iuca casolanes A7 I7 Fruita - Sandvitx de formatge, salmó i poma. Fruita	02 713 88 31 27 Amanida de verdures de temporada Gaspatxo manxec A1 A3 I5 I7 I8 Lluç al forn amb base de tomaca fregida casolana i ceba potxada A8 I7 I8 Fruita ecològica Crema de porros i creïlla	03 849 99 26 38 Entrant d'hummus de remolatxa amb natxos A3 I6 Amanida completa amb sardines A8 I8 I7 Paella valenciana amb carxofes i pollastre de camp I5 I6 I10 I7 I8 Iogurt artesà valencià A9 I11 I7 - Ensalada de nabius, carlota, ou i formatge feta. Fruita	04 842 98 30 36 Amanida amb fruita Cigrons amb carabassa I6 Coca de titaina A1 A10 A14 A8 I7 I8 I6 Fruita - Dorada a l'esquena amb verdures. Fruita
07 632 71 27 26 Amanida amb fruita Arròs amb fesols i naps (V) Ous a la flamenca A7 I6 I7 Fruita Creïlles gratinades, verdures i formatge	08 665 67 24 32 Amanida de verdures de temporada Macarrons integrals amb salsa de verdures gratinats A1 A7 A3 A10 A14 A9 I7 I11 I6 Fogoner amb ceba caramel·litzada i carlota A8 I8 I7 Fruita - Pavo amb col al pebre roig. Fruita	09 694 84 30 27 Ensalada valenciana (tomaca, encisam, ceba i olives) Crema mediterrània ECO amb crostons integrals casolans A1 Pollastre al forn amb creïlles torrades tex-mex I5 I8 I7 Smoothie casolà de plàtan i maduixes A9 I7 I11 - Wok de vedella amb verdures thai. Fruita	10 782 69 37 40 Amanida amb fruita Llenties amb verdures A1 A3 Mandonguilles de pollastre en salsa A3 Fruita - Ous trencats amb salmó. Fruita
14 642 60 37 26 Torrada integral de formatge crema A1 A9 I11 I7 Sopa de verdures amb fideus A1 A7 A6 Lluç arrebossat casolà amb amanida de tomaca i alvocat A1 A7 A8 A10 A14 I7 I8 I6 Fruita - Hamburguesa vegetal. Fruita	15 918 106 42 33 Amanida amb fruita Locro argentí vegà Xoripà amb llonganisa de pollastre A1 A3 Biscuit argentí "Xocotorta" A9 A1 A7 A10 A14 I6 I7 I11 - Bacallà gratinat amb crema de carabassa. Fruita	16 662 76 27 27 Amanida de verdures de temporada Arròs amb pollastre Ous farcits (rovells, tomaca fregida i tonyina) A7 A8 I7 I8 Fruita - Pollastre amb poma i verdures. Fruita	FESTIVO Grupo CAPS FESTIU
21 0 0 0 0 BONES VACANCES Grupo CAPS FESTIU			
FESTIVO Grupo CAPS FESTIU	29 824 80 24 47 Tomaca, carlota, blat de moro i olives Espaguetis amb xampinyons i ceba A3 A1 A7 Llàrimes de pollastre empanades casolanes A1 A10 A14 Fruita - Bacallà gratinat amb amanida. Fruita	30 833 92 36 36 Amanida amb fruita Crema arc de Sant Martí de llegum" A1 I6 I9 Aletes de pollastre adobades al forn amb creïlles dau I7 I5 I8 Fruita ecològica - Molles de coliflor amb ous. Fruita	

La recomanació del 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 - 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