



01

VACACIONES

0 0 0 0 0



05 722 74 33 33

Ensalada con queso A9
Lentejas ecológicas con verduras A3 A1 I6 I9
Tortilla de calabacín A7 I7
Fruta

- Huevos rotos con salmón. Fruta

06 558 59 25 25

Ensalada de verduras de temporada
Crema de zanahoria con queso A9 I11 I7
Bacalao al horno con patatas A8
Fruta

- Brocheta de salmón con verduras. Fruta

07 871 103 42 31

Ensalada de verduras de temporada
Mac and cheese (Coditos con salsa de queso gratinados) A1 A9 A10 A14 A7 I11 I7 I6
Merluza en salsa verde con guisantes A8 I6 I8 I7
Fruta ecológica

Albóndigas vegetales en salsa

08 693 64 47 26

Ensalada con fruta
Sopa de verduras con fideos A1 A7 A6
Garbanzos especiados con dados de boniato (V) A3
Fruta

- Dorada con chips de boniato. Fruta

09 677 75 13 36

Gazpacho andaluz A1
Papas aliñas con picos camperos (Con mayonesa) A1 A7 A12 A14 I7 I6
Pescado frito A1 A4 A7 A8 A9 A11 A14 I6 I8 I7 I11
Vasito de helado A5 A7 A9 A13 I11 I7

- Quiche de verduras. Fruta

12 747 98 29 26

Ensalada con fruta
Potaje de garbanzos con verduras A3 I6
Pizza de atún y queso A1 A8 A9 A10 A14 I8 I7 I11 I6
Fruta

Wok vegetal

13 806 93 21 37

Humus con crudités de verduras I6
Ensalada completa con caballa A8 I8 I7
Lasaña vegetal A1 A7 A9
Fruta

Puré de patatas y pescado blanco

14 654 73 32 23

Coleslaw A7 I7
Lentejas a la jardinera A1 A3 I9 I6
Tortilla francesa con millojas de tomate y queso fresco A7 A9 I11 I7
Fruta

-Wok de verduras, gambas y quinoa. Fruta

15 537 50 24 28

Ensalada de verduras de temporada
Crema de calabacín ECO con picatostes integrales caseros A1
Salchichas veganas a la lionesa
Yogur artesano valenciano A9 I11 I7

- Bacalao con crema de calabaza. Fruta

16 784 87 24 37

Ensalada de verduras de temporada
Arroz a la cubana con huevo duro A7 I7
Salmón con crema de manzana A8 I8 I7
Fruta

- Huevos al plato con guisantes. Fruta

19 614 65 21 29

Ensalada de verduras de temporada
Guisado de patatas con verduras de temporada y majado A3 A5 A13 A1 A9 A10 A14 I11 I6
Tortilla francesa con "pan tumaca" A7 A1
Fruta

- Gazpacho andaluz y pavo a la plancha. Fruta

20 772 82 34 35

Ensalada con fruta
Crema primavera de legumbres A1 I6 I9
Dados de tofu en salsa con patatas (V) A14
Fruta

Focaccia de caballa y queso

21 1026 105 32 55

Pico rico con nachos (tomate, pepino, aceitunas rodajas) A3 A10
Macarrones integrales a la napolitana A1 A7 A9 A10 A14 I11 I7 I6
Rustidera de bacalao con salsa suave de pimiento A9 A8 I11 I8 I7
Fruta ecológica

Tortilla de ajos tiernos frescos

22 847 108 34 30

Ensalada de verduras de temporada
Arroz con camarão A3 A11 A8 I6 I7 I8
Hamburguesa de falafel A1 A3 A4 A6 A8 A9 A11 A13 A14
Tarta Rafaello de coco A9 A7 A1 A10 A14 A5 A13 I11 I6 I7

- Ensalada de quinoa. Fruta

23 651 54 32 32

Ensalada con fruta
Alubias blancas guisadas con verduras A3
Tortilla de queso A9 A7
Fruta

Puré de patatas y pescado blanco

26 703 75 35 29

Ensalada con fruta
Lentejas con verduras A1 A3
Filete de rape con salsa de tomate y cama de patata A8 A11 I8 I7
Fruta

- Brocheta de salmón con verduras. Fruta

27 558 71 26 19

Ensalada de verduras de temporada
Crema de verduras de temporada con picatostes caseros integrales A1
Merluza en salsa de curry A9 A8
Fruta

- Hervido valenciano. Salmón al papillote. Fruta.

28 692 42 20 48

Ensalada del chef con vinagreta de naranja
Patatas gratinadas con queso A9
Hamburguesa de falafel con rodaja tomate
Vasito de helado A5 A7 A9 A13 I11 I7

- Migas de coliflor con huevo. Fruta

29 839 99 28 28

Pan horneado con ajo y perejil A1
Ensalada de lazos vegetales (con atún) A1 A7 A10 A14 A8
Boquerones (enharinado casero) con salsa tártara A1 A3 A4 A7 A8 A10 A14 A2 I6 I7 I8
Fruta

Wok vegetal con taquitos de queso fresco

30 763 85 33 30

Ensalada con fruta
Sopa de verduras con legumbres A1 A7 A3
Tortilla de patata y cebolla con pisto A7 I7
Smoothie casero multifructa A9 I11 I7

- Alcachofas y lubina al horno. 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 ovo-lacto-vegetariano I7 - No apto vegano

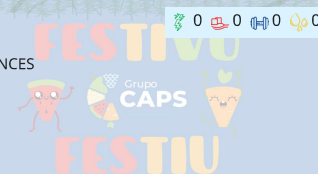
Grupo CAPS - B97320378 - (+34) 963 976 520 | nutricion@grupocaps.com - C/ Sequia De Mestalla 2 - 46210 Picanya, Valencia



01

VACANCES

0 0 0 0 0



05

722 74 33 33

Amanida amb formatge

A9

Llenties ecològiques amb verdures

A3 A1 I6 I9

Truita de carabasseta

A7 I7

Fruita

- Ous trencats amb salmó. Fruita

06

558 59 25 25

Amanida de verdures de temporada

Crema de carlota amb crema de formatge

A9 I11 I7

Bacallà al forn amb creïlles

A8

Fruita

- Broqueta de salmó amb verdures. Fruita

07

871 103 42 31

Amanida de verdures de temporada

Mac and cheese (pasta amb salsa de formatge gratinats)

A1 A9 A10 A14 A7 I11 I7 I6

Lluç amb salsa verda amb amb pèsols

A8 I6 I8 I7

Fruita ecològica

- Mandonguilles vegetals en salsa

08

693 64 47 26

Amanida amb fruita

Sopa de verdures amb fideus

A1 A7 A6

Cigrons especiats amb daus de moniato (V)

A3

Fruita

- Daurada amb xips de moniato. Fruita

09

677 75 13 36

Gaspaxo andalús

A1

Creïlles amanides amb pics camperols (amb maionesa)

A1 A7 A12 A14 I7 I6

Peixets fregits

A1 A4 A7 A8 A9 A11 A14 I6 I8 I7 I11

Gotet de gelat

A5 A7 A9 A13 I11 I7

- Quiche de verdures. Fruita

12

747 98 29 26

Amanida amb fruita

Potatge de cigrons amb verdures

A3 I6

Pizza de tonyina i formatge

A1 A8 A9 A10 A14 I8 I7 I11 I6

Fruita

- Wok de vegetals

13

806 93 21 37

Humus amb cruditès de verdures

I6

Amanida completa amb verat

A8 I8 I7

Lasanya vegetal

A1 A7 A9

Fruita

- Wok de verdures, gambetes i quinoa. Fruita

14

654 73 32 23

Coleslaw

A7 I7

Llenties a la jardineria

A1 A3 I9 I6

Truita francesa amb milfulls de tomaca i formatge fresc

A7 A9 I11 I7

Fruita

- Wok de verdures, gambetes i quinoa. Fruita

15

537 50 24 28

Amanida de verdures de temporada

Crema de carabasseta ECO amb crostons integrals cassolans

A1

Salitxes veganes amb salsa lionesa

Yogurt artesà valencià

A9 I11 I7

- Bacallà amb crema de carabassa. Fruita

16

784 87 24 37

Amanida de verdures de temporada

Arròs a la cubana amb ou dur

A7 I7

Salmó amb crema de poma

A8 I8 I7

Fruita

- Ous al plat amb pèsols. Fruita

19

614 65 21 29

Amanida de verdures de temporada

Guisat de creïlles amb verdures de temporada i picada

A3 A5 A13 A1 A9 A10 A14 I11 I6

Truita francesa amb "pa tumaca"

A7 A1

Fruita

- Gaspaxo andalús i gall dindi a la planxa. Fruita

20

772 82 34 35

Amanida amb fruita

Crema primavera de llegums

A1 I6 I9

Daus de tofu en salsa amb creïlles (V)

A14

Fruita

- Focaccia de verat i formatge

21

1026 105 32 55

Pic ric amb natxos (tomaca, cogombre, olives rodanxes)

A3 A10

Macarrons integrals a la napolitana

A1 A7 A9 A10 A14 I11 I7 I6

Bacallà rostint amb salsa suau de pimentó

A9 A8 I11 I8 I7

Fruita ecològica

- Truita d'all tendres frescos

22

847 108 34 30

Amanida de verdures de temporada

Arròs amb camarons

A3 A11 A8 I6 I7 I8

Hamburguesa de falafel

A1 A3 A4 A6 A8 A9 A11 A13 A14

Tarta Rafaello de coco

A9 A7 A1 A10 A14 A5 A13 I11 I6 I7

- Amanida de quinoa. Fruita

23

651 54 32 32

Amanida amb fruita

Guisat de fesols amb verdures

A3

Truita de formatge

A9 A7

Fruita

- Ous al plat amb pèsols. Fruita

26

703 75 35 29

Amanida amb fruita

Llenties amb verdures

A1 A3

Filet de rap amb salsa de tomaca i lilit de creïlla

A8 A11 I8 I7

Fruita

- Broqueta de salmó amb verdures. Fruita

27

558 71 26 19

Amanida de verdures de temporada

Crema de verdures de temporada amb crostons cassolans integrals

A1

Lluç amb salsa de curri

A9 A8

Fruita

- Bullit valencià. Salmó al papillote. Fruita.

28

692 42 20 48

Amanida del xef amb vinagreta de taronja

Creïlles gratinades amb formatge

A9

Hamburguesa de falafel amb rodanxa de tomaca

Gotet de gelat

A5 A7 A9 A13 I11 I7

- Molles de coliflor amb ous. Fruita

29

839 99 28 28

Torrada de pa amb all i julivert

A1

Amanida llaços vegetals (amb tonyina)

A1 A7 A10 A14 A8

Seitons (enfarinat casolà) amb salsa tàrtara casolana

A1 A3 A4 A7 A8 A10 A14 A2 I6 I7 I8

Fruita

- Wok de vegetals amb daus de formatge fresc

30

763 85 33 30

Amanida amb fruita

Sopa de verdures amb llegums

A1 A7 A3

Truita de creïlla i ceba amb samfaina

A7 I7

Batut cassolà multifruita

A9 I11 I7

- Carxofes i llobarro al forn. 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·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