



03 618 58 28 28

Sopa de fideos A1 A7 A10 A14 I8 I5 I7 I2 I11 I6
Pisto con soja texturizada y patatas panadera A3 A1 A5 A12 A13 A14
Guarnición: ensalada de temporada
Fruta de temporada

- Alas de pollo con boniato. Fruta

04 653 76 31 26

Lentejas con chorizo A9 A1 I5 I2 I7 I6 I9 I8
Tortilla de calabacín A7 I7
Guarnición: ensalada de temporada
Fruta de temporada ecológica

- Brocheta de salmón con verduras. Fruta

05 625 65 28 25

Tricolor de verduras (menestra con boniato y maíz) A6 I6
Ragout de pavo en salsa (tomate, cebolla, zanahoria, guisantes) I6 I5 I7 I8
Guarnición: cous-cous A1 A10 A14 I6
Fruta de temporada

- Revuelto de jamón y champiñones. Fruta

06 804 93 31 33

Arroz a la cubana con huevo duro A7 I7
Bacalao enharinado casero A8 A1 A10 A14 A4 A11 I7 I8 I6
Guarnición: ensalada de temporada
Yogur natural A9 I11 I7

- Albóndigas en salsa zanahoria. Fruta

07 730 82 35 28

Crema de legumbres A1 A3 I6 I9
Pechuga de pollo a la crema A9 I5 I8 I7 I11
Guarnición: patatas panaderas (al horno)
Fruta de temporada

- Hervido valenciano con huevo poché. Fruta

10 530 63 17 22

Potaje de garbanzos con espinacas A3 I6
Quesadilla de maíz y queso A1 A9 A12 A14 I11 I7 I6
Guarnición: ensalada de temporada
Fruta de temporada

- Abadejo al horno con espárragos. Fruta

11 674 59 22 38

Crema de calabaza y zanahoria A3
Magro de cerdo guisado al San Martín I5 I2 I8 I7 I6
Guarnición: ensalada crujiente del bosque
Fruta de temporada

- Tortilla francesa y brócoli hervido. Fruta

12 675 86 21 26

Ensalada completa (lechuga, tomate, jamón york, maíz y huevo duro) A9 A14 A7 I8 I5 I2 I7 I6
Arroz al horno (1º) A3 A9 A13 A14 I2 I8 I6 I7 I5 I11
Fruta de temporada

- Bacalao con crema de calabaza. Fruta

13 797 65 40 39

Espaguetis integrales a la carbonara (con nata y bacon) A9 A1 A7 A14 A10 I8 I5 I2 I7 I11 I6
Merluza al horno con salsa de tomate A8 I8 I7
Guarnición: judías verdes salteadas I6
Yogur artesano valenciano A9 I11 I7

- Menestra con ajitos y lomo. Fruta

14 647 71 27 25

Alubias blancas estofadas A3 I6 I10
Tortilla de patatas A7 I7
Guarnición: ensalada ecológica
Fruta de temporada

- Fajitas de pollo con verduras. Fruta

17 608 72 25 24

Macarrones a la napolitana con queso A1 A7 A9 A10 A14 I7 I11 I6
Rustidera de bacalao (con cebolla y pimiento rojo) A8 I7 I8
Fruta de temporada

- Tiras de pollo con pisto. Fruta

18 853 91 27 38

Lentejas con verduras A1 A3 I6 I9
Calamares a la romana A1 A3 A4 A7 A8 A9 A11 A14 I6 I7 I8
Guarnición: ensalada de temporada
Fruta de temporada

- Crema de verduras con jamón y picatostes

19 581 65 18 27

Guisado de patatas con verduras de temporada A3 I6
Tortilla francesa con tostadita horneada de tomate y queso A1 A7 A9 I11 I7
Guarnición: ensalada de temporada
Fruta de temporada

- Lomo con parrillada de verduras. Fruta

20 704 63 41 31

Gazpacho manchego (tortas cenceñas, pollo) A1 A3 I5 I7 I8
Conejo y pollo con ajoaceite
Guarnición: ensalada de temporada
Yogur A9 I7 I11

- Merluza con patatas y espárragos. Fruta

21 732 79 36 30

Potaje de garbanzos con verduras A3 I6
Longanizas 100% pollo A3 I5 I7 I6 I8
Guarnición: ensalada de temporada
Fruta de temporada ecológica

- Huevos al plato con guisantes. Fruta

24 613 62 29 27

Hervido valenciano (patata, zanahoria, cebolla y judía verde) I6
Merluza en salsa verde con guisantes A8 I6 I8 I7
Guarnición: ensalada de temporada
Fruta de temporada

- Berenjena rellena. Fruta

25 723 63 40 33

Sopa de fideos A1 A7 A10 A14 I8 I5 I7 I2 I11 I6
Cocido completo A3 A9 A14 I2 I6 I11 I7 I5 I8
Guarnición: ensalada ecológica
Fruta de temporada

- Alcachofas y lubina al horno. Fruta

26 648 85 22 25

Ensalada completa (lechuga, tomate, atún, maíz y queso fresco) A9 A8 I8 I7 I11
Arroz del senyoret A3 A4 A8 A11 I8 I7
Fruta de temporada

- Crema de puerros con panceta crispy. Fruta

27 597 50 34 24

Alubias pintas con verduras I6 I10
Tortilla de jamón york A7 A9 A14 I5 I6 I7 I8 I2 I11
Guarnición: ensalada de temporada
Yogur A9 I7 I11

- Lomo en salsa con ñoquis. Fruta

28 538 51 27 25

Crema de calabacín y zanahoria ECO
Pechuga de pollo con salteado mediterráneo I8 I5 I7
Guarnición: ensalada de temporada
Fruta de temporada

- Boquerones rebozados con tomate aliñado

La recomendación de 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 por 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

03 618 58 28 28

Sopa de fideus A1 A7 A10 A14 I8 I5 I7 I2 I11 I6
La samfaina amb soja A3 A1 A5 texturitzada i creïlles al forn A12 A13 A14
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada

- Ales de pollastre amb moniato. Fruita

04 653 76 31 26

Llenties amb xoriço A9 A1 I5 I2 I7 I6 I9 I8
Truita de carabasseta A7 I7
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada ecològica

- Broqueta de salmó amb verdres. Fruita

05 625 65 28 25

Tricolor de verdres (menestra amb moniato i blat de moro) A6 I6
Ragout de polit en salsa (tomaca, ceba, carlota, pèsols) I6 I5 I7 I8
Guarnició: cous-cous A1 A10 A14 I6
Fruita de temporada

- Regirat de pernil i xampinyons. Fruit

06 804 93 31 33

Arròs a la cubana amb ou dur A7 I7
Abadejo enfarinat A8 A1 A10 A14 A4 cassolà A11 I7 I8 I6
Guarnició: amanida de temporada
Iogurt natural A9 I11 I7

- Mandonguilles en salsa de carlota. Fruita

07 730 82 35 28

Crema de llegums A1 A3 I6 I9
Pit de pollastre a la crema A9 I5 I8 I7 I11
Guarnició: creïlles forneres (al forn)
Fruita de temporada

- Bullit valencià amb ou poché. Fruita

10 530 63 17 22

Potatge de cigrons amb espinacs A3 I6
Quesadilla de dacsa i formatge A1 A9 A12 A14 I11 I7 I6
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada

- Abadejo al forn amb espàrrecs. Fruita

11 674 59 22 38

Crema de carabassa i safanòria A3
Magre de porc guisat al Sant Martí I5 I2 I8 I7 I6
Guarnició: amanida cruixent del bosc
Fruita de temporada

- Truita francesa i bròquil bullit. Fruita

12 675 86 21 26

Amanida completa (enciam, tomata, pernil dolç, blat de moro i ou dur) A9 A14 A7 I8 I5 I2 I7 I6
Arròs al forn A3 A9 A13 A14 I2 I8 I6 I7 (1º) I5 I11
Fruita de temporada

- Bacallà amb crema de carabassa. Fruita

13 797 65 40 39

Espaguetis integrals a la carbonara (amb crema i bacó) A9 A1 A7 A14 A10 I8 I5 I2 I7 I11 I6
Lluç al forn amb salsa de tomaca A8 I8 I7
Guarnició: Mongetes verdes saltejades I6
Iogurt artesà valencià A9 I11 I7

- Menestra amb alls i llom. Fruita

14 647 71 27 25

Fesols blancs estofats A3 I6 I10
Truita de creïlles A7 I7
Guarnició: amanida ecològica
Fruita de temporada

- "Fajitas" de pollastre amb verdres. Fruita

17 608 72 25 24

Macarrons a la napolitana amb formatge A1 A7 A9 A10 A14 I7 I11 I6
Rustidera de bacallà (amb ceba i pimentó roig) A8 I7 I8
Fruita de temporada

- Tires de pollastre amb samfaina. Fruita

18 853 91 27 38

Llenties amb verdres A1 A3 I6 I9
Calamars a la romana A1 A3 A4 A7 A8 A9 A11 A14 I6 I7 I8
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada

- Crema de verdres amb pernil i crostons

19 581 65 18 27

Guisat de creïlles amb verdres de temporada A3 I6
Truita francesa amb pa torrat en tomaca i formatge A1 A7 A9 I11 I7
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada

- Llom amb graellada de verdres. Fruita

20 704 63 41 31

Gaspaxo manxec A1 A3 I5 I7 I8
Conill i pollastre amb allioli
Guarnició: amanida de temporada
Iogurt A9 I7 I11

- Lluç amb creïlles i espàrrecs. Fruita

21 732 79 36 30

Potatge de cigrons amb verdres A3 I6
Llonganisses 100% pollastre A3 I5 I7 I6 I8
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada ecològica

- Ous al plat amb pèsols. Fruita

24 613 62 29 27

Bollit valencià (creïlla, carlota, ceba i batxoqueta) I6
Lluç amb salsa verda amb amb pèsols A8 I6 I8 I7
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada

- Albergínia farcida. Fruita

25 723 63 40 33

Sopa de fideus A1 A7 A10 A14 I8 I5 I7 I2 I11 I6
Olla completa A3 A9 A14 I2 I6 I11 I7 I5 I8
Guarnició: amanida ecològica
Fruita de temporada

- Carxofes i llobarro al forn. Fruita

26 648 85 22 25

Amanida completa (enciam, tomaca, tonyina, dacsa i formatge fresc) A9 A8 I8 I7 I11
Arròs del senyoret A3 A4 A8 A11 I8 I7
Fruita de temporada

- Crema de porros amb cansalada cruixent. Fruita

27 597 50 34 24

Fesols pintes amb verdres I6 I10
Truita de pernil A7 A9 A14 I5 I6 I7 I8 I2 I11
Guarnició: amanida de temporada
Iogurt A9 I7 I11

- Llom en salsa amb gnocchis. Fruita

28 538 51 27 25

Crema de carabasseta i carlota ECO
Pit de pollastre amb saltat mediterrani I8 I5 I7
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada

- Aladroc arrebossats amb tomaca

La recomanació de 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 per 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