

01 794 81 26 40

Macarrones integrales a la napolitana con queso A1 A7 A9 A10 A14 I11 I7 I6
Lomo de cerdo (cinta) en salsa I7 I2 I5 I8
Guarnición: ensalada ecológica
Fruta de temporada

- Hervido valenciano con huevo poché. Fruta

02 803 95 40 31

Lentejas con chorizo A9 A1 I5 I2 I7 I6 I9 I8
Bacalao enharinado casero A8 A1 A10 A14 A4 A11 I7 I8 I6
Guarnición: judías verdes salteadas I6
Fruta de temporada ecológica

- Crema de puerros con panceta crispy. Fruta

03 477 39 18 26

Sopa de fideos A1 A7 A10 A14 I8 I5 I7 I2 I11 I6
Tortilla francesa A7 I7
Guarnición: ensalada de temporada
Fruta de temporada

- Salmón con verduras. Fruta

04 654 64 26 30

Ensalada completa (lechuga, tomate, jamón york, huevo duro y pipas) A9 A14 A7 A1 A5 A13
Paella valenciana I8 I5 I7 I6 I10
Yogur A9 I7 I11

- Tortilla y berenjena con burrata. Fruta

05 670 88 29 19

Alubias blancas guisadas con verduras A3 I10 I6
Pizza de york y queso A1 A9 A14 A10 I5 I7 I2 I6 I8 I11
Guarnición: ensalada de temporada
Fruta de temporada

- Cous cous vegetal. Fruta



09 701 74 38 28

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

- Sopa de fideos y alitas de pollo. Fruta

10 494 44 15 28

Guisado de patatas con verduras de temporada A3 I6
Merluza en salsa de tomate y cebolla A8 A4 A11 I7 I8
Guarnición: judías verdes salteadas I6
Fruta de temporada

- Crema de zanahoria y tortilla. Fruta

11 653 55 31 32

Potaje de garbanzos con verduras A3 I6
Tortilla de atún A7 A8 I8 I7
Guarnición: ensalada de temporada
Yogur A9 I7 I11

- Coliflor especiada con atún. Fruta

12 600 75 18 25

Ensalada completa (lechuga, tomate, maíz y queso fresco) A9 I7 I11
Fideuá A4 A1 A7 A8 A3 A11 A14 A10 I8 I7 I6
Fruta de temporada

- Sandwich de queso, salmón y manzana. Fruta

15 587 71 28 20

Crema de calabaza
Pechuga de pollo con salteado mediterráneo I8 I5 I7
Guarnición: ensalada de temporada
Fruta de temporada

- Wok de pollo con verduras. Fruta

16 639 70 35 24

Lentejas a la jardinera A1 A3 I9 I6
Merluza al horno (con cebolla) A8 I7 I8
Guarnición: guisantes salteados I6
Fruta de temporada

- Lomo con parrillada de verduras. Fruta

17 670 82 24 26

Ensalada completa (lechuga, tomate, jamón york, huevo duro y pipas) A9 A14 A7 A1 A5 A13
Arroz a banda (1º) A1 A3 A4 A7 A8 A9 A11 A13 A14 I7 I8 I11 I6
Fruta de temporada

- Hervido valenciano con huevo poché. Fruta

18 625 62 29 26

Alubias blancas guisadas con verduras A3 I10 I6
Longanizas A3 A9 I5 I2 I7 I8 I11
Guarnición: ensalada de temporada
Fruta de temporada

- Bacalao gratinado con ensalada. Fruta

19 694 74 27 27

Espaguetis integrales a la carbonara de york y nata A9 A1 A7 A10 A14 I2 I5 I11 I6 I8 I7
Tortilla francesa A7 I7
Guarnición: guisantes salteados I6
Fruta de temporada

- Berenjena rellena. Fruta

22 717 61 43 32

Sopa de Navidad (con pasta maravilla) A1 A10 A14 A7 I8 I5 I7 I2 I6
Puchero completo
Bolitas navideñas A1 A7 A9 A10 A13 A14 I6 I11 I7

- Merluza con patatas y espárragos. Fruta

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 dos 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

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 - 963 976 520 | nutricion@grupocaps.com - C/ Séquia De Benàger, 25 - 46210 Picanya, Valencia





Menú basal - desembre



01 794 81 26 40

Macarrons integrals a la napolitana amb formatge A1 A7 A9 A10 A14 I11 I7 I6
Llom de porc amb salsa I7 I2 I5 I8
Guarnició: amanida ecològica
Fruita de temporada

- Bullit valencià amb ou poché. Fruita

02 803 95 40 31

Llenties amb xoriço A9 A1 I5 I2 I7 I6 I9 I8
Abadejo A8 A1 A10 A14 A4 A11 I7 I8 I6
Guarnició: Mongetes verdes saltejades I6
Fruita de temporada ecològica

- Crema de porros amb cansalada cruixent. Fruita

03 477 39 18 26

Sopa de fideus A1 A7 A10 A14 I8 I5 I7 I2 I11 I6
Truita francesa A7 I7
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada

- Salmó amb verdures. Fruita

04 654 64 26 30

Amanida completa (enciam, tomata, pernil dolç, ou dur i pipes) A9 A14 A7 A1 A5 A13
Paella valenciana I8 I5 I7 I6 I10
Iogurt A9 I7 I11

- Truita i albergínia amb burrata. Fruita

05 670 88 29 19

Guisat de fesols amb verdures A3 I10 I6
Pizza de york i formatge A1 A9 A14 A10 I5 I7 I2 I6 I8 I11
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada

- Cous cous vegetal. Fruita



09 701 74 38 28

Gaspatxo manxec A1 A3 I5 I7 I8
Conill i pollastre amb allioli
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada

- Sopa de fideus i ales de pollastre. Fruita

10 494 44 15 28

Guisat de creïlles amb verdures de temporada A3 I6
Lluç amb salsa de ceba i tomaca A8 A4 A11 I7 I8
Guarnició: Mongetes verdes saltejades I6
Fruita de temporada

- Crema de carlota i truita. Fruita

11 653 55 31 32

Potatge de cigrons amb verdures A3 I6
Truita de tonyina A7 A8 I8 I7
Guarnició: amanida de temporada
Iogurt A9 I7 I11

- Coliflor especiats amb tonyina. Fruita

12 600 75 18 25

Amanida completa (enciam, tomaca, dacs i formatge fresc) A9 I7 I11
Fideuà A4 A1 A7 A8 A3 A11 A14 A10 I8 I7 I6
Fruita de temporada

- Sandvitx de formatge, salmó i poma. Fruita

15 587 71 28 20

Crema de carabassa
Pit de pollastre amb saltat mediterrani I8 I5 I7
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada

- Wok de pollastre amb verdures. Fruita

16 639 70 35 24

Llentilles a la jardineria A1 A3 I9 I6
Lluç al forn A8 I7 I8
Guarnició: pèsols saltats I6
Fruita de temporada

- Llom amb graellada de verdures. Fruita

17 670 82 24 26

Amanida completa (enciam, tomata, pernil dolç, ou dur i pipes) A9 A14 A7 A1 A5 A13
Arròs a banda (1º) A1 A3 A4 A7 A8 A9 A11 A13 A14 I7 I8 I11 I6
Fruita de temporada

- Bullit valencià amb ou poché. Fruita

18 625 62 29 26

Guisat de fesols amb verdures A3 I10 I6
Llonganisses A3 A9 I5 I2 I7 I8 I11
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada

- Bacallà gratinat amb amanida. Fruita

19 694 74 27 27

Espaguetis integrals a la carbonara amb york i nata A9 A1 A7 A10 A14 I2 I5 I11 I6 I8 I7
Truita francesa A7 I7
Guarnició: pèsols saltats I6
Fruita de temporada

- Albergínia farcida. Fruita

22 717 61 43 32

Sopa de Nadal (amb pasta meravel·la) A1 A10 A14 A7 I8 I5 I7 I2 I6
Putxero complet
Boletes nadalenques A1 A7 A9 A10 A13 A14 I6 I11 I7

- Lluç amb creïlles i espàrrecs. Fruita

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 - Cerdó I6 - Legumbres I9 - Lentejas I8 - No apto ovo-lacto-vegetariano I7 - No apto vegano
Grupo CAPS - B97320378 - 963 976 520 | nutricion@grupocaps.com - C/ Séquia De Benàger, 25 - 46210 Picanya, Valencia

