

¡VUELTA AL COLE!



14 703 60 29 37

Hervido valenciano ECO I6
Alitas de pollo al horno I8 I5 I7
Guarnición: mazorca de maíz
Fruta de temporada

- Dorada con chips de boniato. Fruta

15 719 81 36 27

Potaje de garbanzos con verduras A3 I6 I13
Bouquerones enharinados caseros (con maicena) A3 A8 A11 A4
Guarnición: ensalada de temporada
Fruta de temporada

Cabeza de lomo en salsa jardinera

16 800 69 36 42

Pasta (sin gluten/huevo/soja/mostaza) a la napolitana A9
Bacalao gratinado con all i oli A7 A8 A3 A4 A11 I7 I8
Guarnición: ensalada de temporada
Yogur natural sin azúcar A9 I11 I7

- Berenjena rellena. Fruta

17 602 72 26 21

Sopa de arroz I5 I7 I8 I2
Fajita de pavo y queso (con tortita de maíz) A9
Guarnición: ensalada de temporada
Fruta de temporada

- Crema de verdura y tortilla francesa. Fruta

18 609 45 23 37

Ensalada de alubias blancas (lechuga, tomate, pepino, maíz, aceitunas, atún y queso) A8 A9 A3 I7 I11 I8 I10 I6
Tortilla de patatas A7 I7
Guarnición: pisto casero
Fruta de temporada

- Alcachofas y lubina al horno. Fruta

21 844 95 34 33

Alubias blancas de la abuela A3
Huevos a la flamenca con tosta sin gluten A7
Guarnición: ensalada de temporada
Fruta de temporada

- Coliflor especiada con atún. Fruta

22 668 57 17 41

Crema de calabacín, cebolla y patata ECO
Longanizas de cerdo frescas a la lionesa (al horno con cebolla) A3 A9 A14 I5 I2 I6 I7 I11 I8
Guarnición: boniato asado
Fruta de temporada

- Ensalada aliñada de tomate, burrata y aguacate

23 777 85 25 38

Pasta (sin gluten/huevo/mostaza/soja) con salsa de verduras
Salmón al horno con hierbas y limón A8 I7 I8
Guarnición: ensalada de temporada
Yogur artesano valenciano A9 I11 I7

- Lomo con berenjena rebozada. Fruta

24 831 79 43 35

Potaje de garbanzos con verduras A3 I6 I13
Pechugas de pavo a la crema A9 I5 I7 I8 I11
Guarnición: patata dado
Fruta de temporada

- Dorada a la plancha con pimientos. Fruta

25 910 123 23 35

Arroz a la cubana con huevo duro A7 I7
Pastel de patata y verdura con harina de garbanzo (Schiacciata)
Guarnición: ensalada de temporada
Fruta de temporada
Pizza (sin gluten/mostaza/soja) de jamón york y queso

28 560 58 22 26

Guisado de patatas con verduras de temporada A3 I6
Calamares en salsa de tomate A3 A4 A8 A11 I8 I7
Guarnición: mazorca de maíz
Fruta de temporada

- Ensalada de patata. Fruta

29 707 71 41 26

Sopa de fideos (sin gluten/huevo/mostaza/soja) A3
Cocido A3 A9 A14 I2 I6 I11 I5 I7 I8 I13
Guarnición: ensalada de temporada
Fruta de temporada

- Abadejo al horno con espárragos. Fruta

30 694 106 13 23

Arroz al horno (1º) A3 A9 A13 A14 I8 I7 I5 I2 I11 I6 I13
Hummus casero con pan sin gluten A3
Guarnición: ensalada de temporada
Fruta de temporada

- Acelgas con huevo y nueces. Fruta



La recomendación de cena son los platos detallados en la franja azul inferior. El menú va acompañado de una ración de pan, siendo pan integral mínimo dos veces por semana. CV01276

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 I13 - Garbanzos 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

¡VUELTA AL COLE!



14 703 60 29 37

Bollit valencià ECO I6
Aletes de pollastre al forn 18 15 17
Guarnició: panotxa de dacsà
Fruita de temporada

- Daurada amb xips de moniato. Fruita

15 719 81 36 27

Potatge de cigrons amb verdures A3 I6 I13
Aladroc enfarinats casolans (amb maizena) A3 A8 A11 A4
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada

Cap de llom amb salsa jardinerà

16 800 69 36 42

Pasta (sense gluten/ou/soja/mostassa) a la napolitana A9
Bacallà gratinat amb all i oli A7 A8 A3 A4 A11 I7 I8
Guarnició: amanida de temporada
Iogurt natural sense sucre A9 I11 I7

- Albergínia farcida. Fruita

17 602 72 26 21

Sopa d'arròs 15 I7 I8 I2
Faita de titot i formatge (amb coca de dacsà) A9
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada

- Crema de verdura i truita francesa. Fruita

18 609 45 23 37

Ensalada de fesols (encisam, tomaca, cogombre, dacsà, olives, tonyina, formatge) A8 A9 A3 I7 I11 I8 I10 I6
Truita de creïlles A7 I7
Guarnició: samfaina cassolana
Fruita de temporada

- Carxofes i llobarro al forn. Fruita

21 844 95 34 33

Mongetes blanques de la iaia A3
Ous a la flamenca amb torrada sense gluten A7
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada

- Coliflor especiats amb tonyina. Fruita

22 668 57 17 41

Crema de carabasseta, ceba i creïlla ECO
Llonganisses de porc fresques a la lionesa (al forn amb ceba) A3 A9 A14 I5 I2 I6 I7 I11 I8
Guarnició: moniato rostí
Fruita de temporada

- Amanida de tomata, burrata i advocat

23 777 85 25 38

Pasta (sense gluten/ou/mostassa/soja) amb salsa de Verdures
Salmó al forn amb herbes i llima A8 I7 I8
Guarnició: amanida de temporada
Iogurt artesà valencià A9 I11 I7

- Llom amb albergínia arrebossada. Fruita

24 831 79 43 35

Potatge de cigrons amb verdures A3 I6 I13
Pits de titot a la crema A9 I5 I7 I8 I11
Guarnició: creïlla a daus
Fruita de temporada

- Daurada a la planxa amb pimentons. Fruita

25 910 123 23 35

Arròs a la cubana amb ou dur A7 I7
Pastís de creïlla i verdura amb farina de cigrons (Schiacciata)
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada

Pizza (sense gluten/mostassa/soja) de pernil dolç i formatge

28 560 58 22 26

Guisat de creïlles amb verdures A3 I6
Calamars en salsa de tomaca A3 A4 A8 A11 I8 I7
Guarnició: panotxa de dacsà
Fruita de temporada

- Amanida de creïlla. Fruita

29 707 71 41 26

Sopa de fideus (sense gluten/ou/mostassa/soja) A3
Putxero A3 A9 A14 I2 I6 I11 I5 I7 I8 I13
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada

- Abadejo al forn amb espàrrecs. Fruita

30 694 106 13 23

Arròs al forn (1º) A3 A9 A13 A14 I8 I7 I5 I2 I11 I6 I13
Hummus casolà amb pa sense gluten A3
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada

- Bledes amb ou i nous. Fruita



La recomanació de sopar són els plats detallats a la franja blava inferior. El menú va acompanyat d'una ració de pa, i pa integral és mínim dues vegades per setmana. CV01276

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 I13 - Garbanzos 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