



<p>01 574 69 21 22</p> <p>Ensalada de pasta integral A1 A7 A10 A14 Tortilla de atún A7 A8 I8 I7 Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada</p> <p>- Mini pizzas de berenjenas. Fruta</p>	<p>02 889 84 41 41</p> <p>Alubias pintas con verduras I6 I10 Escalope de lomo cinta empanado casero A14 A1 A7 A10 I2 I6 I5 I8 I7 Guarnición: patatas panaderas (al horno) Fruta de temporada</p> <p>- Hamburguesa vegetal. Fruta</p>	<p>03 744 99 23 27</p> <p>Paella valenciana I8 I5 I7 I6 I10 Hummus de garbanzos casero con picos A3 A1 A12 A14 I6 Guarnición: ensalada de temporada Smoothie casero de fresas A9 I11 I7</p> <p>- Pescado con verduras al papillote. Fruta</p>	<p>04 620 56 31 30</p> <p>Vichyssoise con picatostes integrales A9 A1 I11 I7 Jamoncitos de pollo en salsa de melocotón I5 I7 I8 Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada</p> <p>- Migas de coliflor con huevo. Fruta</p>	<p>05 717 55 36 39</p> <p>Gratén de patata, calabacín y zanahoria A9 I11 I7 Salmón en salsa mery A8 I8 I7 Guarnición: snack de garbanzos especiados A3 I6 Fruta ECO</p> <p>- Sopa de fideos y pollo asado. Fruta</p>
<p>08 833 87 39 37</p> <p>Lentejas a la jardinera A1 A3 I6 I9 Alitas de pollo adobadas al horno con mazorca de maíz I5 I7 I8 Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada</p> <p>- Crema de zanahoria y tortilla. Fruta</p>	<p>09 732 68 24 39</p> <p>Arroz "empedrao" (arroz con alubias blancas) I6 I10 Zarangollo (revuelto de calabacín y cebolla) A7 I7 Guarnición: tomate pelado y aceitunas negras Leche fresca con canela y limón A9 I11 I7</p> <p>- Pavo asado con piña. Fruta</p>	<p>10 776 60 29 49</p> <p>Crema de verduras de temporada Merluza con salsa suave de pimiento A9 A8 I11 I7 I8 Guarnición: patatas a la lionesa (con cebolla) Fruta de temporada</p> <p>- Wok de verduras con soja text. Fruta</p>	<p>11 581 78 18 22</p> <p>Gazpacho manchego (tortas cencañas, pollo) A1 A3 I5 I7 I8 Ensalada completa con legumbres A3 Fruta de temporada</p> <p>- Bacalao al horno con ensalada. Fruta</p>	<p>12 542 56 21 25</p> <p>Guisado de patatas con verduras de temporada A3 I6 Huevos turcos (huevo cocido, salsa de tomate, queso) A7 A9 I7 I11 Guarnición: guisantes salteados I6 Fruta ECO</p> <p>- Salmón con verduras. Fruta</p>
<p>15 584 57 26 24</p> <p>Crema bretona (alubias blancas y puerros) A9 I7 I11 I10 I6 Dados de pavo al curry suave A9 I11 I7 I5 I8 Guarnición: cous-cous A1 A10 A14 I6 Fruta de temporada</p> <p>- Lasaña de calabacín y soja text. Fruta</p>	<p>16 592 66 31 22</p> <p>Arroz integral con tomate Merluza en salsa A8 I8 I7 Guarnición: ensalada con edamames A14 I6 Fruta de temporada</p> <p>- Tortilla de espinacas y queso. Fruta</p>	<p>17 663 88 17 25</p> <p>Fideuà A4 A1 A7 A8 A3 A11 A14 A10 I8 I7 I6 Hummus de alubias y pimiento asado con nachos A3 I6 I10 Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada</p> <p>- Lomo con parrillada de verduras. Fruta</p>	<p>18 697 89 31 25</p> <p>Lentejas con verduras ECO A3 A1 I9 I6 Tortilla del chef A7 I7 Guarnición: ensalada de temporada Fruta ECO</p> <p>- Dorada a la plancha con pimientos. Fruta</p>	<p>19 500 57 20 21</p> <p>Patatas crujientes con aguacate Pizza de pavo y queso A1 A9 I8 I5 I7 I6 I11 Guarnición: ensalada de temporada Yogur natural con fruta A9 I11 I7</p> <p>- Dados de tofu con verduras. Fruta</p>

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. Betlem Heras 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 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





<p>01 574 69 21 22</p> <p>Amanida de pasta integral A1 A7 A10 A14 Truita de tonyina A7 A8 I8 I7 Guarnició: amanida de temporada Fruita de temporada</p> <p>- Mini pizzas d'albergínies. Fruita</p>	<p>02 889 84 41 41</p> <p>Fesols pintes amb verdures I6 I10 Escalopa de llom cinta empanat casolà A14 A1 A7 A10 I2 I6 I5 I8 I7 Guarnició: creïlles forneres (al forn) Fruita de temporada</p> <p>- Hamburguesa vegetal. Fruita</p>	<p>03 744 99 23 27</p> <p>Paella valenciana I8 I5 I7 I6 I10 Hummus de cigrons casolà amb pics A3 A1 A12 A14 I6 Guarnició: amanida de temporada Smoothie casolà de maduixes A9 I11 I7</p> <p>- Peix amb verdures al "papillot". Fruita</p>	<p>04 620 56 31 30</p> <p>Vichyssoise amb crostons integrals A9 A1 I11 I7 Cuixetes de pollastre amb salsa de bresquilla I5 I7 I8 Guarnició: amanida de temporada Fruita de temporada</p> <p>- Molles de coliflor amb ous. Fruita</p>	<p>05 717 55 36 39</p> <p>Gratèn de creïlles amb carabasseta i carlota A9 I11 I7 Salmó amb salsa mery A8 I8 I7 Guarnició: snack de cigrons especiats A3 I6 Fruita ECO</p> <p>- Sopa de fideus i pollastre rostit. Fruita</p>
<p>08 833 87 39 37</p> <p>Llentilles a la jardinera A1 A3 I6 I9 Aletes de pollastre adobades al forn amb panotxa de dacsa I5 I7 I8 Guarnició: amanida de temporada Fruita de temporada</p> <p>- Crema de carlota i truita. Fruita</p>	<p>09 732 68 24 39</p> <p>Arròs "empedrat" (arròs amb fesols blancs) I6 I10 Zarangollo (remenat de carabasseta i ceba) A7 I7 Guarnició: tomata i olives negres Llet amb canyella i llima A9 I11 I7</p> <p>- Gall d'indi amb pinya. Fruita</p>	<p>10 776 60 29 49</p> <p>Crema de verdures de temporada Lluç amb salsa suau de pimentó A9 A8 I11 I7 I8 Guarnició: creïlles a la lionesa (amb ceba) Fruita de temporada</p> <p>- Wok de verdures amb soja text. Fruita</p>	<p>11 581 78 18 22</p> <p>Gaspatxo manxec (tortes cencenyas, pollastre) A1 A3 I5 I7 I8 Amanida completa amb llegums A3 Fruita de temporada</p> <p>- Bacallà al forn amb amanida. Fruita</p>	<p>12 542 56 21 25</p> <p>Guisat de patates amb verdures de temporada A3 I6 Ous turcs (ou cuit, salsa de tomaca, formatge) A7 A9 I7 I11 Guarnició: pèsols saltats I6 Fruita ECO</p> <p>- Salmó amb verdures. Fruita</p>
<p>15 584 57 26 24</p> <p>Crema bretona (fesols blancs i porros) A9 I7 I11 I10 I6 Daus de gall dindi al curri suau A9 I11 I7 I5 I8 Guarnició: cous-cous A1 A10 A14 I6 Fruita de temporada</p> <p>- Lasanya de carabasseta i soja texturada. Fruita</p>	<p>16 592 66 31 22</p> <p>Arròs integral amb tomaca Lluç en salsa A8 I8 I7 Guarnició: amanida amb edamames A14 I6 Fruita de temporada</p> <p>- Truita d'espínacs i formatge. Fruita</p>	<p>17 663 88 17 25</p> <p>Fideuà A4 A1 A7 A8 A3 A11 A14 A10 I8 I7 I6 Hummus de fesols i pimentó rostit amb nachos A3 I6 I10 Guarnició: amanida de temporada Fruita de temporada</p> <p>- Llom amb graellada de verdures. Fruita</p>	<p>18 697 89 31 25</p> <p>Llentilles amb verdures ECO A3 A1 I9 I6 Truita del xef A7 I7 Guarnició: amanida de temporada Fruita ECO</p> <p>- Daurada a la planxa amb pimentons. Fruita</p>	<p>19 500 57 20 21</p> <p>Creïlles cruixents amb alvocat Pizza de gall dindi i formatge A1 A9 I8 I5 I7 I6 I11 Guarnició: amanida de temporada Iogurt natural amb fruita A9 I11 I7</p> <p>- Daus de tofu amb verdures. Fruita</p>

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 - 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

