



<p>06 636 63 31 26</p> <p>Ensalada de verduras de temporada Crema de calabacín Ragut de pavo en salsa con cous cous Fruta</p> <p>A1 A10 A14</p> <p>- Pavo al horno en su jugo con piña. Fruta</p>	<p>07 755 67 47 30</p> <p>Ensalada de verduras de temporada Espaguetis integrales a la carbonara vegetal Merluza en salsa verde con guisantes Yogur</p> <p>A1 A7 A9 A10 A14 I7 I11 I6 A8 I7 I8 I6 A9 I7 I11</p> <p>- Revuelto de jamón con champiñones. Fruta</p>	<p>08 643 65 29 30</p> <p>Ensalada con fruta Lentejas ecológicas con verduras Tortilla de patata con queso fresco Fruta</p> <p>A1 A3 I9 I6 A7 A9 I11 I7</p> <p>- Pescado al horno con chips de verduras. Fruta</p>	<p>09 726 87 19 33</p> <p>Ensalada de verduras de temporada Arroz a la cubana con huevo duro Rabas de calamar con salsa griega casera Fruta</p> <p>A8 A7 I7 I8 A3 A4 A8 A11 I8 I7</p> <p>- Brochetas de pollo al limón con verduras. Fruta</p>	<p>03 513 53 21 23</p> <p>Ensalada de verduras de temporada Garbanzos con verduras Tortilla francesa Fruta</p> <p>A7 I7</p> <p>- Bacalao gratinado con ensalada. Fruta</p>
<p>13 662 78 25 27</p> <p>Picos camperos Ensalada César con pollo y queso Fideos secos de la huerta Fruta</p> <p>A1 A12 A14 I6 A9 I11 I5 I8 I7 A1 A7</p> <p>- Dorada a la espalda con verduras. Fruta</p>	<p>14 591 58 28 27</p> <p>Ensalada de verduras de temporada Potaje de garbanzos con verduras Tortilla de pavo con pisto Fruta</p> <p>I6 A7 A6 A9 A14</p> <p>- Wok de ternera con verduras estilo thai. Fruta</p>	<p>15 839 84 34 39</p> <p>Ensalada de verduras de temporada Espirales a la napolitana Salmón a la naranja con patatas a lo pobre Fruta</p> <p>A1 A7 A9 I11 I7 A8 I7 I8</p> <p>- Tortilla de espinacas y queso. Fruta</p>	<p>16 725 64 39 31</p> <p>Ensalada con fruta Alubias con verduras Dados de pollo al curry con noddles Yogur</p> <p>A3 I10 I6 A9 I11 I7 I8 I5 A9 I7 I11</p> <p>- Brócoli y coliflor especiados con atún. Fruta</p>	<p>17 624 51 24 35</p> <p>Ensalada de verduras de temporada Patatas a la riojana Bacalao al horno con base de tomate frito casero y cebollita pochada Fruta</p> <p>A3 A9 I7 I8 I5 I2 I11 A8 I8 I7</p> <p>- Menestra rehogada con ajitos y lomo. Fruta</p>
<p>20 735 78 34 31</p> <p>Ensalada de verduras de temporada Lentejas de la abuela Tortilla de calabacín con pan tumaca Fruta</p> <p>A1 A3 I8 I2 I5 I7 I6 I9 A7 A1 I7</p> <p>- Pechuga rellena al horno. Fruta</p>	<p>21 614 48 48 24</p> <p>Ensalada de verduras de temporada Sopa de fideos Jamoncitos de pollo con pisto Fruta</p> <p>A1 A7 I8 I5 I7 I2 I11</p> <p>- Caprichos de salmón con calabacín. Fruta</p>	<p>22 633 68 31 26</p> <p>Ensalada de verduras de temporada Espaguetis con tomate aderezado, atún y aceitunas Merluza al limón con judías verdes Fruta</p> <p>A1 A7 A8 I8 I7 A8 I6 I7 I8</p> <p>- Revuelto de jamón con champiñones. Fruta</p>	<p>23 627 62 32 28</p> <p>Ensalada con maíz Arroz frito HAWAIANO Alitas de pollo estilo hawaiano Sorbete tropical</p> <p>A1 A9 A14 I5 I2 I7 I8 I11 I6 A1 A14 I5 I8 I7 I6</p> <p>- Abadejo al horno con espárragos verdes. Fruta</p>	<p>24 547 63 19 23</p> <p>Ensalada de verduras de temporada Crema de verduras y legumbres PIZZA de pavo y queso Fruta</p> <p>A3 A1 I6 I9 I10 A1 A9 I8 I5 I7 I6</p> <p>- Chuletas de pavo con col al pimentón. Fruta</p>
<p>27 611 68 23 27</p> <p>Ensalada de verduras de temporada Lentejas con calabaza y arroz integral Huevos al horno con tomate Fruta</p> <p>A1 I6 I9 A7 I7</p> <p>- Ragut de magro con tomates cherry. Fruta</p>	<p>28 748 76 39 32</p> <p>Ensalada de verduras de temporada Macarrones integrales al baflo (tomate, nata, jamón york) Merluza a la meunière con salteado de verduras Fruta</p> <p>A1 A7 A9 A10 A14 I6 I7 I8 I2 I5 I11 A8</p> <p>- Quiche de verduras. Fruta</p>	<p>29 636 57 30 33</p> <p>Ensalada de verduras de temporada Puré de verduras de temporada Pollo con ñoquis a la crema Fruta</p> <p>A1 A3 A9 A10 I11 I7 I8 I5</p> <p>- Pescado azul con verduras al papillote. Fruta</p>	<p>30 536 61 34 16</p> <p>Ensalada de verduras de temporada Empedrado de legumbres Gallo en salsa Fruta</p> <p>A3 I6 I10 A8 I8 I7</p> <p>- Lomo adobado con berenjena rebozada. Fruta</p>	<p>31 1086 74 27 75</p> <p>Patatas gajo especiadas Ensalada completa con aguacate Hamburguesa de pollo completa Cono de helado</p> <p>A14 A9 A3 A1 A10 A12 A7 A1 A5 A7 A9 A13 A14 I7 I6 I11</p> <p>- Dados de tofu con verduras en salsa. Fruta</p>

La recomendación de cena son los platos detallados en la franja azul inferior. Se ofrecerá pan integral los miércoles.

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



06 636 63 31 26

Amanida de verdures de temporada

Crema de carabasseta

Raut de polit en salsa amb cous A1 A10 A14

Fruita

- Polit al forn en el seu suc amb pinya. Fruita

07 755 67 47 30

Amanida de verdures de temporada

Espaguëtis integrals a la carbonara vegetal A1 A7 A9 A10 A14 I7 I11 I6

Lluç amb salsa verda amb pèsols A8 I7 I8 I6

Iogurt A9 I7 I11

- Regirat de pernil amb xampinyons. Fruit

08 643 65 29 30

Amanida amb fruita

Llentilles ecològiques amb verdures A1 A3 I9 I6

Truita de creïlla amb formatge fresc A7 A9 I11 I7

Fruita

- Peix al forn amb xips de verdures. Fruita

09 726 87 19 33

Amanida de verdures de temporada

Arròs a la cubana amb ou dur A7 I7

Raves de calamar amb salsa grega casolana A1 A3 A4 A7 A8 A9 A11 A14 I6 I11 I8 I7

Fruita

- Broquetes de pollastre a la llima amb verdures. Fruita

10 619 51 34 30

Natxos A9 I11

Amanida de mongetes amb tonyina A8 I8 I7 I10 I6

Cuixa de pollastre amb ceba i carlota I5 I7 I8

Fruita

- Molles de coliflor amb ous al forn. Fruita

13 662 78 25 27

Pics campers A1 A12 A14 I6

Amanida Cèsar amb pollastre i formatge A9 I11 I5 I8 I7

Fideus de l'horta A1 A7

Fruita

- Dorada a l'esquena amb verdures. Fruita

14 591 58 28 27

Amanida de verdures de temporada

Potatge de cigrons amb verdures I6

Truita de gall dindi amb samfaina A7 A6 A9 A14

Fruita

- Wok de vedella amb verdures estil thailandès. Fruita

15 839 84 34 39

Amanida de verdures de temporada

Espirals a la napolitana A1 A7 A9 I11 I7

Salmó a la taronja amb creïlles a lo pobre A8 I7 I8

Fruita

- Truita d'espinacs i formatge. Fruita

16 725 64 39 31

Amanida amb fruita

Fesols amb verdures A3 I10 I6

Daus de pollastre amb salsa de curri amb noddles A9 I11 I7 I8 I5

Iogurt A9 I7 I11

- Brocoli i coliflor especiats amb tonyina. Fruita

17 624 51 24 35

Amanida de verdures de temporada

Creïlles a la riojana A3 A9 I7 I8 I5 I2 I11

Bacallà al forn amb base de tomaca fregida casolana i ceba calfada A8 I8 I7

Fruita

- Menestra ofegada amb ajitos i llomello. Fruita

20 735 78 34 31

Amanida de verdures de temporada

Llenties de l'àvia A1 A3 I8 I2 I5 I7 I6 I9

Truita de carbassó amb pa tumaca 26-03-2024 A7 A1 I7

Fruita

- Pit de pollastre emplena al forn. Fruita

21 614 48 48 24

Amanida de verdures de temporada

Sopa de fideus A1 A7 I8 I5 I7 I2 I11

Pit de pollastre amb samfaina 16-04-2024

Fruita

- Caprichos de salmón con calabacín. Fruita

22 633 68 31 26

Amanida de verdures de temporada

Espaguëtis amb tomàquet amanit, tonyina i olives A1 A7 A8 I8 I7

Lluç a la llima amb mongetes verdes A8 I6 I7 I8

Fruita

- Regirat de pernil amb xampinyons. Fruit

23 627 62 32 28

Amanida amb dacsa

Arròs fregit Hawaià A1 A9 A14 I5 I2 I7 I8 I11 I6

Aletes de pollastre estil hawaia A1 A14 I5 I8 I7 I6

- Abadejo al forn amb espàrrecs verds. Fruita

24 547 63 19 23

Amanida de verdures de temporada

Crema de llegums i verdures A3 A1 I6 I9 I10

Pizza de gall dindi i formatge A1 A9 I8 I5 I7 I6

Fruita

- Xulles de pavo amb col al pebre roig. Fruita

27 611 68 23 27

Amanida de verdures de temporada

Llentilles amb carabassa i arròs integral A1 I6 I9

Ous al forn amb tomata A7 I7

Fruita

- Magre amb tomaques cherry. Fruita

28 748 76 39 32

Amanida de verdures de temporada

Macarrons integrals al baff (tomaca, nata, pernil dolç) A1 A7 A9 A10 A14 I6 I7 I8 I2 I5 I11

Lluç a la meunière amb saltejat de verdures A8

Fruita

- Quiche de verdures. Fruita

29 636 57 30 33

Amanida de verdures de temporada

Purè de verdures de temporada

Pollastre amb nyoqueis a la crema A1 A3 A9 A10 I11 I7 I8 I5

Fruita

- Peix blau amb verdures al "papiplot". Fruita

30 536 61 34 16

Amanida de verdures de temporada

Empedrat de llegums A3 I6 I10

Gall en salsa A8 I8 I7

Fruita

- Llom adobat amb albergínia arrebossada. Fruita

31 1086 74 27 75

Creïlles grilló especiades

Amanida completa amb alvocat

Hamburguesa de pollastre completa A14 A9 A3 A1 A10 A12 A7

Cono de gelat A1 A5 A7 A9 A13 A14 I7 I6 I11

- Daus de tofu amb verdures en salsa. Fruita

La recomanació de sopar són els plats detallats a la franja blava inferior. S'oferirà pa integral els dimecres.

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

Quilocaloríes Proteïnes Carbohidrats Greixos

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