



<p>02 590 68 22 25</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Macarrones ecológicos con tomate, champiñón y zanahoria A3 A1</p> <p>Bacalao con pisto A8 I8 I7</p> <p>Fruta</p> <p>- Revuelto de champiñones, calabacín y puerro con patatas al horno. Fruta</p>	<p>03 771 61 33 44</p> <p>Mézdclum de hojas verdes con aceitunas</p> <p>Garbanzos estofados con chorizo A9 I2 I5 I7 I8 I6</p> <p>Hamburguesa con queso A9 I8 I5 I2 I7</p> <p>Fruta</p> <p>- Crema de calabacín y panini de jamón con queso. Fruta</p>	<p>04 682 109 12 22</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Arroz a la hortelana</p> <p>Patatas y cebolla asadas</p> <p>Fruta</p> <p>Pan integral A1</p> <p>- Alas de pollo con bastones de boniato. Fruta</p>	<p>05 533 40 27 29</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Crema de calabaza y boniato</p> <p>Jamonicos de pollo con champiñones salteados I8 I7 I5</p> <p>Yogur A9 I7</p> <p>- Bacalao con pimientos, calabacín y tomate. Fruta</p>	<p>06 517 31 29 30</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Guisado de magro y verduras de temporada I8 I7 I6 I2 I5</p> <p>Tortilla de atún A8 A7 I7 I8</p> <p>Fruta</p> <p>- Gazpacho andaluz con picatostes y pavo a la plancha. Fruta</p>
	<p>10 755 102 16 30</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Espaguetis con salsa de verduras A1 A7</p> <p>San Jacobos A1 A9 A14 I6 I2 I8 I7 I5</p> <p>Fruta</p> <p>- Hervido valenciano. Salmón al papillote. Fruta.</p>	<p>11 651 69 37 25</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Lentejas a la jardinera A1 A3 I9 I6</p> <p>Merluza a la vizcaína A8 I8 I7</p> <p>Fruta</p> <p>Pan integral A1</p> <p>- Tortilla de coliflor con ensalada de tomate y queso. Fruta</p>		<p>FESTIVO</p>
<p>16 741 82 13 39</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Tiburones con verduras salteadas A1 A7</p> <p>Croquetas de bacalao A1 A4 A7 A8 A9 A11 A14 I8 I7 I6</p> <p>Fruta</p> <p>- Albóndigas de ternera en salsa con chips de zanahoria. Fruta</p>	<p>17 508 59 17 22</p> <p>Mézdclum de hojas verdes con tomate</p> <p>Crema de puerros y zanahoria</p> <p>Pizza de jamón york y queso A1 A9 A14 I8 I5 I2 I7 I6</p> <p>Fruta</p> <p>- Rodaja de merluza con pisto y cous cous. Fruta</p>	<p>18 710 79 47 21</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Sopa de fideos A1 A7 A6 I8 I5 I7 I2</p> <p>Cocido completo I8 I7 I5 I2 I6</p> <p>Fruta</p> <p>Pan integral A1</p> <p>- Tosta de aguacate con revuelto de atún. Fruta</p>	<p>19 791 93 22 37</p> <p>Ensalada completa (lechuga, tomate, maíz y queso fresco) A9 I7</p> <p>Arroz del senyoret A3 A4 A11 I8 I7</p> <p>Bastones de verduras en tempura A1 A4 A7 A8 A9 A11 A13 A14 I8 I7 I6</p> <p>Yogur A9 I7</p> <p>- Pollo con pisto. Fruta</p>	<p>20 665 79 27 24</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Alubias con verduras A3 I6 I10</p> <p>Tortilla de patatas con montadito de aceite y pimentón A7 A1 I7</p> <p>Fruta</p> <p>- Salmón a la plancha con salteado de verduras. Fruta</p>
<p>23 570 64 23 24</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Sopa juliana (con fideos) A6 A1 A7</p> <p>Lomo adobado con patatas al horno A14 I8 I5 I6 I7 I2</p> <p>Fruta</p> <p>- Huevos al plato con tomate y guisantes. Fruta</p>	<p>24 608 60 36 25</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Lentejas ecológicas con verduras A1 A3 I6 I9</p> <p>Merluza al horno con base de tomate frito casero y cebollita pochada A8 I7 I8</p> <p>Fruta</p> <p>- Ternera salteada con calabacín a la plancha y tosta de aceite. Fruta</p>	<p>25 735 72 33 35</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Canelones de carne con bechamel A1 A4 A6 A7 A8 A9 A11 A14 I8 I5 I6 I7 I2</p> <p>Tosta de hummus de garbanzos A1 A3 I6</p> <p>Fruta</p> <p>Pan integral A1</p> <p>- Menestra de verdura salteada con gambitas</p>	<p>26 523 41 38 22</p> <p>Mézdclum de hojas verdes con aceitunas</p> <p>Crema de calabacín ecológico</p> <p>Pechuga de pollo con salteado mediterráneo</p> <p>Yogur A9 I7</p> <p>- Bacalao al horno con patatas a lo pobre, espinacas. Fruta</p>	<p>27 633 74 27 25</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Arroz de pescado caldoso A8 A3 A11 I8 I7</p> <p>Tortilla francesa con jamón york A7 A9 A14 I5 I2 I6 I7 I8</p> <p>Fruta</p> <p>- Berenjena rellena. Fruta</p>
<p>30 529 47 27 24</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Crema de verduras y legumbres A3 A1 I6 I10 I9</p> <p>Pescado blanco a la plancha con ajo y perejil A8</p> <p>Fruta</p> <p>- Champiñones al ajillo y huevo revuelto. Fruta</p>				

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

I8 - Ovolactovegetariano I10 - Sin alubias I5 - Sin carne I2 - Sin cerdo I6 - Sin legumbres I9 - Sin lentejas I7 - Vegano



<p>02 590 68 22 25</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Macarrons ecològics amb tomaca, xampinyó i carlota A3 A1</p> <p>Bacallà amb samfaina A8 I8 I7</p> <p>Fruita</p> <p>-Remenat de xampinyons, carbasseta i porro amb creïlles al forn. Fruita</p>	<p>03 771 61 33 44</p> <p>Mesclm de fulles verdes amb olives</p> <p>Cigrons estofats amb xoriço A9 I2 I5 I7 I8 I6</p> <p>Hamburguesa amb formatge A9 I8 I5 I2 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Crema de carbasseta i panini de pernil amb formatge. Fruita</p>	<p>04 682 109 12 22</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Arròs a l'hortelana</p> <p>Creïlles i ceba al forn</p> <p>Fruita</p> <p>Pa integral A1</p> <p>- Ales de pollastre amb bastons de moniato. Fruita</p>	<p>05 533 40 27 29</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Crema de carbassa i moniato</p> <p>Pernillets de pollastre amb zampinyons I8 I7 I5</p> <p>Iogurt A9 I7</p> <p>- Bacallà amb pebrots, carbassó i tomàquet. Fruita</p>	<p>06 517 31 29 30</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Guisat de magre i verdures de temporada I8 I7 I6 I2 I5</p> <p>Truita de tonyina A8 A7 I7 I8</p> <p>Fruita</p> <p>- Gaspatxo andalús amb crostons i polit a la planxa. Fruita</p>
	<p>10 755 102 16 30</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Espaguetis amb salsa de verdures A1 A7</p> <p>"San Jacobos" A1 A9 A14 I6 I2 I8 I7 I5</p> <p>Fruita</p> <p>- Bullit valencià. Salmó al papillote. Fruita.</p>	<p>11 651 69 37 25</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Llenties a la jardineria A1 A3 I9 I6</p> <p>Lluç a la biscaïna A8 I8 I7</p> <p>Fruita</p> <p>Pa integral A1</p> <p>-Tortilla de coliflor amb amanida de tomata i formatge. Fruita</p>		<p>FESTIVO</p>
<p>16 741 82 13 39</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Taurons amb verdures saltejades A1 A7</p> <p>Croquetes de bacallà A1 A4 A7 A8 A9 A11 A14 I8 I7 I6</p> <p>Fruita</p> <p>- Mandonguilles de vedella en salsa amb xips de carlota. Fruita</p>	<p>17 508 59 17 22</p> <p>Mesclm de fulles verdes amb tomaca</p> <p>Crema de porros i carlota</p> <p>Pizza de york i formatge A1 A9 A14 I8 I5 I2 I7 I6</p> <p>Fruita</p> <p>- Rodanxa de lluç amb samfaina i cuscús. Fruita</p>	<p>18 710 79 47 21</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Sopa de fideus A1 A7 A6 I8 I5 I7 I2</p> <p>Olla completa I8 I7 I5 I2 I6</p> <p>Fruita</p> <p>Pa integral A1</p> <p>- Torrada d'alvocat amb regirat de tonyina. Fruita</p>	<p>19 791 93 22 37</p> <p>Amanida completa (encisam, tomaca, dacsca i formatge fresc) A9 I7</p> <p>Arròs del Senyoret A3 A4 A11 I8 I7</p> <p>Verdures en tempura A1 A4 A7 A8 A9 A11 A13 A14 I8 I7 I6</p> <p>Iogurt A9 I7</p> <p>- Pollastre amb samfaina. Fruita</p>	<p>20 665 79 27 24</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Fesols amb verdures A3 I6 I10</p> <p>Truita de patates amb muntadeta d'oli i pebre vermell A7 A1 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Salmó a la planxa amb saltat de verdures. Fruita</p>
<p>23 570 64 23 24</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Sopa juliana (amb fideus) A6 A1 A7</p> <p>Llomello adobat amb creïlles A14 I8 I5 I6 I7 I2</p> <p>Fruita</p> <p>- Ous al plat amb tomaca i péssols. Fruita</p>	<p>24 608 60 36 25</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Llenties ecològiques amb verdures A1 A3 I6 I9</p> <p>Lluç al forn amb base de tomaca fregida casolana i ceba potxada A8 I7 I8</p> <p>Fruita</p> <p>- Vedella saltada amb carbasseta a la planxa i tosta d'oli. Fruita</p>	<p>25 735 72 33 35</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Canelons de carn amb beixamel A1 A4 A6 A7 A8 A9 A11 A14 I8 I5 I6 I7 I2</p> <p>Tosta d'hummus de cigrons A1 A3 I6</p> <p>Fruita</p> <p>Pa integral A1</p> <p>Minestra de verdura saltada amb gambetes</p>	<p>26 523 41 38 22</p> <p>Mesclm de fulles verdes amb olives</p> <p>Crema de carbasseta ecològica</p> <p>Pit de pollastre amb saltat mediterrani</p> <p>Iogurt A9 I7</p> <p>- Bacallà al forn amb creïlles al pobra, espinacs. Fruita</p>	<p>27 633 74 27 25</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Arròs de peix caldós A8 A3 A11 I8 I7</p> <p>Truita francesa amb pernil dolç A7 A9 A14 I5 I2 I6 I7 I8</p> <p>Fruita</p> <p>- Albergínia farcida. Fruita</p>
<p>30 529 47 27 24</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Crema de llegums i verdures A3 A1 I6 I10 I9</p> <p>Peix blanc a la planxa amb all i julivert A8</p> <p>Fruita</p> <p>Xampinyons amb allada i ou regirat. Fruita</p>				

A1 - Gluten A2 - Tramús A3 - Diòxid de sofre i sulfits A4 - Mol·husc 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

I8 - Ovolactovegetariano I10 - Sin alubias I5 - Sin carne I2 - Sin cerdo I6 - Sin legumbres I9 - Sin lentejas I7 - Vegano

Grupo CAPS - B97320378 - +(34) 963 976 520 | nutricion@grupocaps.com - C/ Sequia De Mestalla 2 - 46210 Picanya, Valencia