

Menú basal - octubre

Grupo CAPS



SANT PASQUAL



<p>01 718 86 30 28</p> <p>Ensalada con fruta Lentejas con calabaza A1 I6 I9 Tortilla de patatas A7 I7 Fruta</p> <p>- Jamón con calabacín a la plancha y tosta. Fruta</p>	<p>02 582 59 22 28</p> <p>Ensalada con aceitunas Crema de cebolla y zanahoria ECO, patata A1 y picatostes caseros Merluza al horno con pisto A8 I8 I7 Fruta</p> <p>- Alas de pollo con bastones de boniato. Fruta</p>	<p>03 729 93 26 25</p> <p>Ensalada con fruta Fabada A3 A9 A13 A14 I10 I5 I2 I8 I7 I6 I11 Pizza margarita A1 A9 A10 A14 I7 I11 I6 Fruta</p> <p>- Crema de zanahoria y tortilla. Fruta</p>	<p>04 819 89 26 24</p> <p>Jamón con tomate A9 A14 I2 I5 I8 I7 I11 Paella de otoño con verduras y champiñones Ensaladilla rusa con atún y A8 A7 I6 I7 huevo duro I8 Yogur artesano valenciano A9 I11 I7</p> <p>- Lasaña de calabacín y soja text. Fruta</p>	
<p>07 601 53 19 35</p> <p>Ensalada de verduras de temporada Guisado de patatas con A3 A5 A13 A1 verduras de temporada y A9 A10 A14 I11 majado I6 Tortilla de queso con A1 A9 A10 A14 A7 tomate grillé I7 I11 I6 Fruta</p> <p>- Albóndigas en salsa zanahoria. Fruta</p>	<p>08 772 116 25 22</p> <p>Ensalada de verduras de temporada Arroz al horno A3 A9 A13 I2 I8 I6 I7 I5 I11 Tosta de tomate y atún A1 A8 I8 I7 Fruta</p> <p>- Abadejo al horno con espárragos verdes. Fruta</p>		<p>10 784 86 35 31</p> <p>Ensalada con fruta Macarrones integrales con A1 A14 A7 A10 boloñesa vegetal A12 A13 I6 Merluza a la andaluza A1 A8 A10 (casera) con salteado thai A14 I6 I8 I7 Fruta</p> <p>- Champiñones al ajillo y revuelto. Fruta</p>	<p>11 534 54 27 20</p> <p>Coleslaw A7 I7 Crema de verduras y A3 A1 I6 I9 legumbres I10 Pollo al curry A9 I11 I8 I5 I7 Fruta</p> <p>- Quiche de verduras. Fruta</p>
<p>14 711 84 19 33</p> <p>Ensalada con fruta Espaguetis A1 A7 A3 A4 A8 A9 A11 Frutti di Mare A13 A14 I7 I8 I11 I6 Croquetas de A1 A4 A7 A8 A9 A11 pollo de la abuela A14 I6 I5 I11 I8 I7 I2 Fruta</p> <p>- Salteado de guisantes con bacon. Fruta</p>	<p>15 561 53 15 31</p> <p>Ensalada con aceitunas Crema de verduras de temporada Tortilla de patata con rollito de A7 I5 I8 pavo I7 Fruta</p> <p>- Brocheta de salmón con verduras. Fruta</p>	<p>16 673 75 38 25</p> <p>Ensalada con fruta Lentejas con verduras A1 A3 I6 I9 Pollo asado a la miel con pimiento I5 I8 italiano I7 Fruta</p> <p>- Crema y panini de jamón con queso. Fruta</p>	<p>17 828 64 34 48</p> <p>Ensalada de verduras de temporada Cozido à A3 A9 A13 A14 I5 I2 I8 I7 portuguesa I11 I6 I10 Bacalhau à bras A7 A8 I8 I7 Bolinhas A1 A7 A9 A10 A13 A14 I11 I7 I6</p> <p>- Pavo asado con piña. Fruta</p>	<p>18 528 60 21 22</p> <p>Ensalada de verduras de temporada Canelones de A1 A9 A14 A10 A4 A7 A8 carne con A11 I6 I7 I2 I8 I5 I11 bechamel Jamón york A9 A14 I5 I8 I2 I7 I6 Fruta</p> <p>- Crema de zanahoria y tortilla. Fruta</p>
<p>21 716 80 21 33</p> <p>Ensalada de verduras de temporada Espaguetis con salsa de A9 A1 A7 calabaza gratinados I7 I11 Revuelto de champiñones y pavo A7 I5 I8 I7 Fruta</p> <p>- Berenjena rellena. Fruta</p>	<p>22 806 64 53 36</p> <p>Ensalada con fruta Sopa de fideos A1 A7 I8 I5 I7 I2 I11 Cocido A3 A9 A14 I8 I7 I5 I2 I6 completo I11 Fruta</p> <p>- Chuletas de pavo con col al pimentón. Fruta</p>	<p>23 614 58 23 32</p> <p>Ensalada de verduras de temporada Crema de calabacín y zanahoria ECO Hamburguesa 100% pollo con I5 I6 I8 patatas I7 Fruta</p> <p>- Coliflor especiada con atún. Fruta</p>	<p>24 692 79 29 28</p> <p>Ensalada de verduras de temporada Arroz con sepietas A3 A4 A8 A11 I8 I7 Merluza en salsa de tomate A4 A8 A11 con judías verdes I7 I6 I8 Fruta</p> <p>- Crema de verduras con jamón y picatostes</p>	<p>25 682 62 32 33</p> <p>Ensalada con fruta Lentejas a la jardinera A1 A3 I9 I6 Escalope de cerdo A1 I5 I2 I6 I8 empanado I7 Yogur A9 I7 I11</p> <p>- Bacalao gratinado con ensalada. Fruta</p>
<p>28 731 74 25 36</p> <p>Ensalada de verduras de temporada Hervido valenciano I6 Alitas de pollo con salsa barbacoa A1 A14 I6 casera y mazorca de maíz I5 I8 I7 Fruta</p> <p>- Rodaja de merluza con pisto y cous cous. Fruta</p>	<p>29 727 87 27 29</p> <p>Ensalada con fruta Garbanzos con espinacas A3 I6 Tortilla francesa con "pan tumaca A1 A7 integral" I7 Fruta</p> <p>- Ragut de magro con tomates cherry. Fruta</p>	<p>30 670 80 26 27</p> <p>Ensalada de verduras de temporada Macarrones ECO con tomate, A1 A9 I7 brócoli y queso I11 Bacalao gratinado con all i oli A7 A8 I7 I8 Fruta</p> <p>- Tostada de huevo con aguacate. Fruta</p>	<p>31 809 80 22 44</p> <p>Cementerio de hummus con A9 I6 náchos I11 Crema de remolacha con telarañas A9 I11 I7 Sajchichas A1 A7 A9 A13 A14 I8 I7 momificadas I5 I2 I11 I6 Profiteroles A1 A7 A9 A14 A13 ensangrentados I11 I7 I6 Pizza casera capresse</p>	

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 A13 - Frutos de cascara A14 - Soja
 K Kilocalorías P Proteínas H Hidratos G Grasas
 I10 - Alubias I11 - APLV I5 - Carne I2 - Cerdo I6 - Legumbres I9 - Lentejas I8 - No apto ovolactovegetariano I7 - No apto vegano
 Grupo CAPS - B97320378 - +(34) 963 976 520 | nutricion@grupocaps.com - C/ Sequia De Mestalla 2 - 46210 Picanya, Valencia

Menú basal - octubre

SANT PASQUAL



Grupo CAPS



01	718 86 30 28
Amanida amb fruita	
Llenties amb carabassa	A1 I6 I9
Truita de creïlles	A7 I7
Fruita	
- Pernil amb carabasseta a la planxa i tosta. Fruita	

02	582 59 22 28
Amanida amb olives	
Crema de ceba i carlota ECO, creïlla i crostons casolans	A1
Lluç al forn amb samfaina	A8 I8 I7
Fruita	
- Ales de pollastre amb bastons de moniato. Fruita	

03	729 93 26 25
Amanida amb fruita	
"Fabada"	A3 A9 A13 A14 I10 I5 I2 I8 I7 I6 I11
Pizza margarita	A1 A9 A10 A14 I7 I11 I6
Fruita	
- Crema de carlota i truita. Fruita	

04	819 89 26 24
Pernil amb tomaca	A9 A14 I2 I5 I8 I7 I11
Paella de tador amb verdures i xampinyons	
Ensalada russa amb tonyina i ou dur	A8 A7 I6 I7 I8
Iogurt artesà valencià	A9 I11 I7
- Lasanya de carabasseta i soja texturada. Fruita	

07	601 53 19 35
Amanida de verdures de temporada	
Guisat de creïlles amb verdures de temporada i picada	A3 A5 A13 A1 A9 A10 A14 I11 I6
Truita de formatge amb tomaca grillé	A1 A9 A10 A14 A7 I7 I11 I6
Fruita	
- Mandonguilles en salsa de carlota. Fruita	

08	772 116 25 22
Amanida de verdures de temporada	
Arròs al forn	A3 A9 A13 I2 I8 I6 I7 I5 I11
Tosta de tomaca natural i tonyina	A1 A8 I8 I7
Fruita	
- Abadejo al forn amb espàrrecs verds. Fruita	



10	784 86 35 31
Amanida amb fruita	
Macarrons integrals amb bolonyesa vegetal	A1 A14 A7 A10 A12 A13 I6
Lluç a l'andalusa (casolana) amb saltat thai	A1 A8 A10 A14 I6 I8 I7
Fruita	
- Xampinyons amb allada i ou regirat. Fruita	

11	534 54 27 20
Coleslaw	A7 I7
Crema de llegums i verdures	A3 A1 I6 I9 I10
Pollastre al curri	A9 I11 I8 I5 I7
Fruita	
- Quiche de verdures. Fruita	

14	711 84 19 33
Amanida amb fruita	
Espaguetis Fruiti di Mare	A1 A7 A3 A4 A8 A9 A11 A13 A14 I7 I8 I11 I6
Croquetes de pollastres de la iaia	A1 A4 A7 A8 A9 A11 A14 I6 I5 I11 I8 I7 I2
Fruita	
- Saltejat de pèsols amb bacon. Fruita	

15	561 53 15 31
Amanida amb olives	
Crema de verdures de temporada	
Truita de creïlla amb rotllet de titot	A7 I5 I8 I7
Fruita	
- Broqueta de salmó amb verdures. Fruita	

16	673 75 38 25
Amanida amb fruita	
Llenties amb verdures	A1 A3 I6 I9
Pollastre rostit a la mel amb pebrot italià	I5 I8 I7
Fruita	
- Crema i panini de pernil amb formatge. Fruita	

17	828 64 34 48
Amanida de verdures de temporada	
Cozido à portuguesa	A3 A9 A13 A14 I5 I2 I8 I7 I11 I6 I10
Bacalhau à bras	A7 A8 I8 I7
Bolinhas	A1 A7 A9 A10 A13 A14 I11 I7 I6
- Gall d'indi amb pinya. Fruita	

18	528 60 21 22
Amanida de verdures de temporada	
Canelons de carn amb beixamel	A1 A9 A14 A10 A4 A7 A8 A11 I6 I7 I2 I8 I5 I11
Pernil dolç	A9 A14 I5 I8 I2 I7 I6
Fruita	
- Crema de carlota i truita. Fruita	

21	716 80 21 33
Amanida de verdures de temporada	
Espaguetis amb salsa de carbassa gratinats	A9 A1 A7 I7 I11
Remenat de xampinyons i gall dindi	A7 I5 I8 I7
Fruita	
- Albergínia farcida. Fruita	

22	806 64 53 36
Amanida amb fruita	
Sopa de fideus	A1 A7 I8 I5 I7 I2 I11
Olla completa	A3 A9 A14 I8 I7 I5 I2 I6 I11
Fruita	
- Xulles de pavo amb col al pebre roig. Fruita	

23	614 58 23 32
Amanida de verdures de temporada	
Crema de carbasseta i carlota ECO	
Hamburguesa 100% pollastre amb creïlles	I5 I6 I8 I7
Fruita	
- Coliflor especiats amb tonyina. Fruita	

24	692 79 29 28
Amanida de verdures de temporada	
Arròs amb sepietes	A3 A4 A8 A11 I8 I7
Lluç amb salsa de tomaca i mongetes verdes	A4 A8 A11 I7 I6 I8
Fruita	
- Crema de verdures amb pernil i crostons	

25	682 62 32 33
Amanida amb fruita	
Llenties a la jardineria	A1 A3 I9 I6
Escalop de porc empanat	A1 I5 I2 I6 I8 I7
Iogurt	A9 I7 I11
- Bacallà gratinat amb amanida. Fruita	

28	731 74 25 36
Amanida de verdures de temporada	
Bullit valencià	I6
Aletes de pollastre amb salsa barbacoa casolana i panotxa de blat de moro	A1 A14 I6 I5 I8 I7
Fruita	
- Rodanxa de lluç amb samfaina i cuscús. Fruita	

29	727 87 27 29
Amanida amb fruita	
Cigrons amb espinacs	A3 I6
Truita francesa amb "pa tumaca integral"	A1 A7 I7
Fruita	
- Magre amb tomaques cherry. Fruita	

30	670 80 26 27
Amanida de verdures de temporada	
Macarrons ECO amb tomaca, bròcoli i formatge	A1 A9 I7 I11
Bacallà gratinat amb all i oli	A7 A8 I7 I8
Fruita	
- Torrada d'ou amb alvocat. Fruita	

31	809 80 22 44
Cemeneteri d'hummus amb natxos	A9 I6 I11
Crema de remolatxa amb teranyines	A9 I11 I7
Sàlsibex momificades	A1 A7 A9 A13 A14 I8 I7 I5 I2 I11 I6
Profiterols ensangonats	A1 A7 A9 A14 A13 I11 I7 I6
- Pizza casera capresse	



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 - Tramús A3 - Diòxid de sofre i sulfits A4 - Mol·lusc A5 - Cacaueu 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 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