



05 722 74 33 33

Ensalada César con bacon	A9 I11 18 17 15 12
Lentejas ecológicas con verduras	A3 A1 16 19
Tortilla de calabacín	A7 17
Fruta	

- Lomo adobado con berenjena rebozada. Fruta

06 558 59 25 25

Ensalada de verduras de temporada	
Crema de zanahoria con queso crema	A9 I11 17
Muslo de pollo deshuesado a la miel con patatas	15 18 17
Fruta	

- Brocheta de salmón con verduras. Fruta

07 871 103 42 31

Ensalada de verduras de temporada	
Mac and cheese (Códitos con salsa de queso gratinados)	A1 A9 A10 A14 A7 I11 17 16
Merluza en salsa verde con guisantes	A8 16 18 17
Fruta ecológica	

- Albóndigas en salsa zanahoria. Fruta

08 693 64 47 26

Ensalada con fruta	
Sopa de fideos	A1 A7 A10 A14 18 15 17 12 11 16
Cocido completo	A3 A9 A14 12 16 11 17 15 18
Fruta	

- Dorada con chips de boniato. Fruta

02 677 88 25 24

Snack de garbanzos especiados	A3 16
Ensalada completa (lechuga, tomate, aceitunas, atún, maíz, huevo duro)	A8 A7 17 18
Arroz con sepietas con fondo de Itonja (2°)	A3 A4 A8 A11 17 18
Fruta	

- Hamburguesa vegetal. Fruta

12 747 98 29 26

Ensalada con fruta	
Potaje de garbanzos con verduras	A3 16
Pizza de atún y queso	A1 A8 A9 A10 A14 18 17 11 16
Fruta	

Tajine de tenera con zanahoria y fruta seca

13 806 93 21 37

Hummus con crudités de verduras	16
Ensalada completa con caballa	A8 18 17
Lasaña casera boloñesa	A1 A9 A3 A14 A10 A7 18 15 12 11 16 17
Fruta	

- Pechuga rellena al horno. Fruta

14 654 73 32 23

Coleslaw	A7 17
Lentejas a la jardinera	A1 A3 19 16
Tortilla francesa con milhojas de tomate y queso fresco	A7 A9 11 17
Fruta	

-Wok de verduras, gambas y quinoa. Fruta

15 537 50 24 28

Ensalada de verduras de temporada	
Crema de calabacín ECO con picatostes integrales caseros	A1
Longanizas 100% pollo frescas a la lionesa	A3 A9 15 17 18 16 11
Yogur artesano valenciano	A9 11 17

- Bacalao con crema de calabaza. Fruta

16 784 87 24 37

Ensalada de verduras de temporada	
Arroz a la cubana con huevo duro	A7 17
Salmón con crema de manzana	A8 18 17
Fruta	

- Huevos al plato con guisantes. Fruta

19 614 65 21 29

Ensalada de verduras de temporada	
Guisado de patatas con verduras de temporada y majado	A3 A5 A13 A1 A9 A10 A14 11 16
Tortilla francesa con "pan tumaca" y jamón serrano	A7 A1 18 16 17 15 12
Fruta	

- Gazpacho andaluz y pavo a la plancha. Fruta

20 772 82 34 35

Ensalada con fruta	
Crema primavera de legumbres	A1 16 19
Lomo de cerdo en salsa jardinera con patatas duquesa	12 17 16 18 15
Fruta	

Focaccia de caballa y queso

21 1026 105 32 55

Pico rico con nachos (tomate, pepino, aceitunas rodajas)	A3 A10
Macarrones integrales a la napolitana	A1 A7 A9 A10 A14 11 17 16
Rustidera de bacalao con salsa suave de pimiento	A9 A8 11 18 17
Fruta ecológica	

Tortilla de ajos tiernos frescos

22 847 108 34 30

Ensalada de verduras de temporada	
Arroz con camarão	A3 A11 A8 16 17 18
Pollo piña boom	A3 15 17 18
Tarta Rafaello de coco	A9 A7 A1 A10 A14 A5 A13 11 16 17

- Ensalada de quinoa. Fruta

23 651 54 32 32

Ensalada con fruta	
Alubias estofadas con chorizo	18 17 15 12 16 110
Tortilla calzone	A7 A9 A14 12 16 17 18 11 15
Fruta	

- Pechuga rellena al horno. Fruta

26 703 75 35 29

Ensalada con fruta	
Lentejas de la abuela	A1 18 12 15 17 16 19
Filete de rape con salsa de tomate y cama de patata	A8 A11 18 17
Fruta	

- Ragut de magro con cherry. Fruta

27 558 71 26 19

Ensalada de verduras de temporada	
Crema de verduras de temporada con picatostes caseros integrales	A1
Pollo tikka massala con arroz (pollo marinado con salsa curry suave)	A9 11 18 17 15
Fruta	

- Hervido valenciano. Salmón al papillote. Fruta.

28 692 42 20 48

Ensalada del chef con vinagreta de naranja	
Patatas con bacon y queso	A9 11 12 15 18 17
Hamburguesa mixta con rodaja tomate	A14 A9 16 11 12 17 18 15
Vasito de helado	A5 A7 A9 A13 11 17

- Migas de coliflor con huevo. Fruta

29 839 99 28 28

Pan horneado con ajo y perejil	A1
Ensalada de lazos vegetales (con tomate, cebolla, zanahoria, maíz, aceitunas, jamón york)	A1 A7 A10 A14 12 15 17 18 11 16
Boquerones (enharinado casero) con salsa tártara casera	A1 A3 A4 A7 A8 A10 A14 A2 16 17 18
Fruta	

- Wok de pollo con verduras. Fruta

30 763 85 33 30

Ensalada con fruta	
Sopa de fideos ECO con garbanzos	A3 A1 A10 A14 18 15 17 16 12
Tortilla de patata y cebolla con pisto	A7 17
Smoothie casero multifruta	A9 11 17

- Alcachofas y lubina al horno. Fruta

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.

A1 - Gluten A2 - Altramuz A3 - Dióxido 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

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



05 722 74 33 33

Amanida Cèsar amb bacon A9 I11 I8 I7 I5 I2
 Llentilles ecològiques amb verdures A3 A1 I6 I9
 Truita de carabasseta A7 I7
 Fruita
 - Llom adobat amb albergínia arrebossada. Fruita

06 558 59 25 25

Amanida de verdures de temporada
 Crema de carlota amb crema de formatge A9 I11 I7
 Cuixa de pollastre desossat rostí a la mel amb creïlles I5 I8 I7
 Fruita
 - Broqueta de salmó amb verdures. Fruita

07 871 103 42 31

Amanida de verdures de temporada
 Mac and cheese (pasta amb salsa de formatge gratinats) A1 A9 A10 A14 A7 I11 I7 I6
 Lluç amb salsa verda amb mel amb pèsols A8 I6 I8 I7
 Fruita ecològica
 - Mandonguilles en salsa de carlota. Fruita

08 693 64 47 26

Amanida amb fruita
 Sopa de fideus A1 A7 A10 A14 I8 I5 I7 I2 I11 I6
 Olla completa A3 A9 A14 I2 I6 I11 I7 I5 I8
 Fruita
 - Daurada amb xips de moniato. Fruita

09 635 69 12 34

Gaspaxo andalús A1
 Creïlles amanides
 Peixets fregits A1 A4 A7 A8 A9 A11 A14 I6 I8 I7 I11
 Gotet de gelat A5 A7 A9 A13 I11 I7
 - Qiche de verdures. Fruita

12 747 98 29 26

Amanida amb fruita
 Potatge de cigrons amb verdures A3 I6
 Pizza de tonyina i formatge A1 A8 A9 A10 A14 I8 I7 I11 I6
 Fruita
 - Tajine de vedella amb carlota i fruita seca

13 806 93 21 37

Hummus amb cruditès de verdures I6
 Amanida completa amb verat A8 I8 I7
 Lasanya cassolana bolonyesa A1 A9 A3 A14 A10 A7 I8 I5 I2 I11 I6 I7
 Fruita
 - Pit de pollastre emplena al forn. Fruita

14 654 73 32 23

Coleslaw A7 I7
 Llentilles a la jardinera A1 A3 I9 I6
 Truita francesa amb milfulls de tomaca i formatge fresc A7 A9 I11 I7
 Fruita
 -Wok de verdures, gambetes i quinoa. Fruita

15 537 50 24 28

Amanida de verdures de temporada
 Crema de carabasseta ECO amb crostons A1
 Llonganisses 100% pollastre fresc amb salsa lionesa A3 A9 I5 I7 I8 I6 I11
 Iogurt artesà valencià A9 I11 I7
 - Bacallà amb crema de carabassa. Fruita

16 784 87 24 37

Amanida de verdures de temporada
 Arròs a la cubana amb ou dur A7 I7
 Salmó amb crema de poma A8 I8 I7
 Fruita
 - Ous al plat amb pèsols. Fruita

19 614 65 21 29

Amanida de verdures de temporada
 Guisat de creïlles amb verdures de temporada i picada A3 A5 A13 A1 A9 A10 A14 I11 I6
 Truita francesa amb "pa tumaca" i pernil salat A7 A1 I8 I6 I7 I5 I2
 Fruita
 - Gaspaxo andalús i gall dindi a la planxa. Fruita

20 772 82 34 35

Amanida amb fruita
 Crema primavera de llegums A1 I6 I9
 Llom de porc amb salsa jardinera amb creïlles duquessa I2 I7 I6 I8 I5
 Fruita
 - Focaccia de verat i formatge

21 1026 105 32 55

Pic ric amb natxos (tomaca, cogombre, olives rodanxes) A3 A10
 Macarrons integrals a la napolitana A1 A7 A9 A10 A14 I11 I7 I6
 Bacallà rostí amb salsa suau de pimentó A9 A8 I11 I8 I7
 Fruita ecològica
 - Truita d'allis tendres frescos

22 847 108 34 30

Amanida de verdures de temporada
 Arròs amb camarons A3 A11 A8 I6 I7 I8
 Pollastre pinya boom A3 I5 I7 I8
 Tarta Rafaello de coco A9 A7 A1 A10 A14 A5 A13 I11 I6 I7
 - Amanida de quinoa. Fruita

23 651 54 32 32

Amanida amb fruita
 Fesols estofats amb xoriço I8 I7 I5 I2 I6 I10
 Truita calzone A7 A9 A14 I2 I6 I7 I8 I11 I5
 Fruita
 - Pit de pollastre emplena al forn. Fruita

26 703 75 35 29

Amanida amb fruita
 Llentilles de l'àvia A1 I8 I2 I5 I7 I6 I9
 Filet de rap amb salsa de tomaca i lilit de creïlla A8 A11 I8 I7
 Fruita
 - Magre amb cherry. Fruita

27 558 71 26 19

Amanida de verdures de temporada
 Crema de verdures de temporada amb crostons cassolans integrals A1
 Pollastre tikka massala amb arròs (pollastre marinat amb salsa curri suau) A9 I11 I8 I7 I5
 Fruita
 - Bullit valencià. Salmó al papillote. Fruita.

28 692 42 20 48

Amanida del xef amb vinagreta de taronja
 Creïlles amb bacon amb formatge A9 I11 I2 I5 I8 I7
 Hamburguesa mixta amb rodanxa de tomaca A14 A9 I6 I11 I2 I7 I8 I5
 Gotet de gelat A5 A7 A9 A13 I11 I7
 - Molles de coliflor amb ous. Fruita

29 839 99 28 28

Torrada de pa amb all i julivert A1
 Amanida llaços vegetals (amb tomaca, ceba, carlota, dacsca, olives, pernil dolç) A1 A7 A10 A14 I2 I5 I7 I8 I11 I6
 Seitons (enfarinat casolà) amb salsa tàrtara casolana A1 A3 A4 A7 A8 A10 A14 A2 I6 I7 I8
 Fruita
 - Wok de pollastre amb verdures. Fruita

30 763 85 33 30

Amanida amb fruita
 Sopa de fideus ECO amb cigrons A3 A1 A10 A14 I8 I5 I7 I6 I2
 Truita de creïlla i ceba amb samfaina A7 I7
 Batut cassolà multifruita A9 I11 I7
 -Carxofes i llobarro al forn. Fruita

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 - Cerdó 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, València