

01 784 98 19 33

Macarrones integrales a la napolitana con queso A1 A7 A9 A10 A14 I11 I7 I6

Rabas enharinadas caseras A1 A4 A7 A8 A9 A11 I11 I7 I8

Guarnición: ensalada ecológica

Fruta de temporada

- Hervido valenciano con huevo poché. Fruta

02 759 82 32 34

Lentejas ecológicas de la abuela A3 A1 I2 I5 I7 I8 I9 I6

Tortilla de patatas A7 I7

Guarnición: judías verdes salteadas I6

Fruta de temporada ecológica

- Crema de puerros con panceta crispy. Fruta

03 656 45 34 35

Crema de guisantes con huevo picado A7 A3 I7 I6

Pollo al chilindrón (con salsa casera de pimiento, tomate y cebolla) I7 I8 I5

Guarnición: ensalada de temporada

Cuajada A9 I11 I7

- Salmón con verduras. Fruta

04 670 88 29 19

Alubias blancas guisadas con verduras A3 I10 I6

Pizza de york y queso A1 A9 A14 A10 I5 I7 I2 I6 I8 I11

Guarnición: ensalada de temporada

Fruta de temporada

- Tortilla y berenjena con burrata. Fruta

05 721 93 25 26

Paella valenciana con alcachofas I5 I7 I8 I6 I10

Revuelto del chef con tofu A7 A14 I7 I6

Guarnición: ensalada de temporada

Fruta de temporada

- Cous cous vegetal. Fruta



09 651 67 28 29

Potaje de garbanzos con verduras A3 I6

Tortilla de atún A7 A8 I8 I7

Guarnición: ensalada de temporada

Fruta de temporada

- Sopa de fideos y alitas de pollo. Fruta

10 518 39 21 30

Hervido valenciano (patata, zanahoria, cebolla y judía verde) I6

Merluza en salsa de tomate A8 A4 A11 I7 I8

Guarnición: guisantes salteados I6

Yogur natural A9 I11 I7

- Crema de zanahoria y tortilla. Fruta

11 649 94 12 25

Paella de marisco A3 A4 A8 A11

Hummus de garbanzos con nachos A3 I6

Guarnición: ensalada de temporada

Fruta de temporada

- Coliflor especiada con atún. Fruta

12 622 68 27 27

Sopa de pescado con estrellitas A8 A3 A4 A11 A1 A7 A10 A14 I7 I8 I6

Pollo crujiente horneado A1 A14 I6 I8 I7 I5

Guarnición: ensalada de temporada

Fruta de temporada ecológica

- Sandwich de queso, salmón y manzana. Fruta

15 722 90 37 24

Lentejas con verduras ECO A3 A1 I6 I9

Salmon al horno al eneldo, miel y naranja A8 I8 I7

Guarnición: ensalada de temporada

Fruta de temporada

- Wok de pollo con verduras. Fruta

16 803 69 34 43

Ensalada murciana A7 A8 I8 I7

Arroz a banda (arroz integral) A1 A3 A4 A7 A8 A9 A11 A13 A14 I7 I8 I11 I6

Guarnición: pisto casero

Yogur natural A9 I11 I7

- Lomo con parrillada de verduras. Fruta

17 494 35 24 28

Ternera en salsa I5 I8 I7 I11

Patatas fritas

Guarnición: ensalada de temporada

Fruta de temporada

- Hervido valenciano con huevo poché. Fruta

18 795 108 39 20

Arroz clarico de los tres puños A1 A3 I9 I6

Contramuslo de pollo asado a la manzana I5 I8 I7

Guarnición: ensalada de temporada

Fruta de temporada

- Bacalao gratinado con ensalada. Fruta

19 893 77 40 45

Sopa de Navidad (con pasta maravilla) A1 A10 A14 A7 I8 I5 I7 I2 I6

Hamburguesa completa (pan, burger mixta, lechuga, tomate y queso) A9 A1 A7 A10 A12 A14 A3 I8 I7 I5 I2 I11 I6

Guarnición: patatas fritas

Bolitas navideñas A1 A7 A9 A10 A13 A14 I6 I11 I7

- Berenjena rellena. Fruta

22 546 64 19 23

Macarrones a la italiana (con con tomate y queso) A1 A7 A9 A10 A14 I8 I7 I11

Tortilla francesa A7 I7

Guarnición: ensalada de temporada

Fruta de temporada

- Merluza con patatas y espárragos. Fruta

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

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





01 784 98 19 33

Macarrons integrals a la napolitana amb formatge A1 A7 A9 A10 A14 I11 I7 I6

Rabas enfarinades casolanes A1 A4 A7 A8 A9 A11 I11 I7 I8

Guarnició: amanida ecològica

Fruita de temporada

- Bullit valencià amb ou poché. Fruita

02 759 82 32 34

Llenties ecològiques de la iaia A3 A1 I2 I5 I7 I8 I9 I6

Truita de creïlles A7 I7

Guarnició: Mongetes verdes saltejades I6

Fruita de temporada ecològica

- Crema de porros amb cansalada cruixent. Fruita

03 656 45 34 35

Crema de pèsols amb ou picat A7 A3 I7 I6

Pollastre al xilindró (amb salsa casolana de pebrot, tomaca i ceba) I7 I8 I5

Guarnició: amanida de temporada

Quallada A9 I11 I7

- Salmó amb verdures. Fruita

04 670 88 29 19

Guisat de fesols amb verdures A3 I10 I6

Pizza de york i formatge A1 A9 A14 A10 I5 I7 I2 I6 I8 I11

Guarnició: amanida de temporada

Fruita de temporada

- Truita i albergínia amb burrata. Fruita

05 721 93 25 26

Paella valenciana amb carxofes I5 I7 I8 I6 I10

Regirat del xef amb tofu A7 A14 I7 I6

Guarnició: amanida de temporada

Fruita de temporada

- Cous cous vegetal. Fruita



09 651 67 28 29

Potatge de cigrons amb verdures A3 I6

Truita de tonyina A7 A8 I8 I7

Guarnició: amanida de temporada

Fruita de temporada

- Sopa de fideus i ales de pollastre. Fruita

10 518 39 21 30

Bollit valencià (creïlla, carlota, ceba i batxoqueta) I6

Lluç amb salsa de ceba i tomaca A8 A4 A11 I7 I8

Guarnició: pèsols saltats I6

Iogurt natural A9 I11 I7

- Crema de carlota i truita. Fruita

11 649 94 12 25

Paella de marisc A3 A4 A8 A11

Humus de cigrons amb natxos A3 I6

Guarnició: amanida de temporada

Fruita de temporada

- Coliflor especiats amb tonyina. Fruita

12 622 68 27 27

Sopa de peix amb estreletes A8 A3 A4 A11 A1 A7 A10 A14 I7 I8 I6

Pollastre cruixent al forn A1 A14 I6 I8 I7 I5

Guarnició: amanida de temporada

Fruita de temporada ecològica

- Sandvitx de formatge, salmó i poma. Fruita

15 722 90 37 24

Llenties amb verdures ECO A3 A1 I6 I9

Salmó al forn a l'anet, mel i taronja A8 I8 I7

Guarnició: amanida de temporada

Fruita de temporada

- Wok de pollastre amb verdures. Fruita

16 803 69 34 43

Amanida murciana A7 A8 I8 I7

Arròs a banda (arròs integral) A1 A3 A4 A7 A8 A9 A11 A13 A14 I7 I8 I11 I6

Guarnició: samfaina cassolana

Iogurt natural A9 I11 I7

- Llom amb graellada de verdures. Fruita

17 494 35 24 28

Vedella amb salsa I5 I8 I7 I11

Creïlles fregides

Guarnició: amanida de temporada

Fruita de temporada

- Bullit valencià amb ou poché. Fruita

18 795 108 39 20

"Arroz clarico de los tres puñaos" A1 A3 I9 I6

Cua de pollastre al forn amb poma I5 I8 I7

Guarnició: amanida de temporada

Fruita de temporada

- Bacallà gratinat amb amanida. Fruita

19 893 77 40 45

Sopa de Nadal (amb pasta meravel·la) A1 A10 A14 A7 I8 I5 I7 I2 I6

Hamburguesa completa (pa, burger mixta, enciam, tomàquet i formatge) A9 A1 A7 A10 A12 A14 A3 I8 I7 I5 I2 I11 I6

Guarnició: creïlles fregides

Boletes nadalenques A1 A7 A9 A10 A13 A14 I6 I11 I7

- Albergínia farcida. Fruita

22 546 64 19 23

Macarrons a la italiana (amb amb tomaca i formatge) A1 A7 A9 A10 A14 I8 I7 I11

Truita francesa A7 I7

Guarnició: amanida de temporada

Fruita de temporada

- Lluç amb creïlles i espàrrecs. Fruita

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

