



12 717 85 37 25

Lentejas a la jardinera A1 A3 I9 I6
Boquerones A1 A8 A10 A14
enharinados caseros I8 I7 I6
Guarnición: ensalada de temporada
Fruta de temporada

- Pollo con manzana asada y verduras. Fruta

13 675 65 16 39

Ensalada de lechuga, atún, pepino, A8
aceitunas, aguacate
Canelones de A1 A4 A6 A7 A8 A9 A10
carne con A11 A13 A14 I6 I8 I2 I5
bechamel I1 I7
Guarnición: maíz salteado
Fruta de temporada

- Bacalao con crema de calabaza. Fruta

14 580 54 17 32

Crema bretona (alubias A9 I6 I7
blancas y puerros) I11 I10
Tortilla de patatas A7 I7
Guarnición: ensalada de temporada
Fruta de temporada ecológica

- Lomo con berenjena rebozada. Fruta

15 583 49 32 26

Gratén otoñal de A1 A6 A9
romanesco y boniato (con A10 A14 I6
bechamel) I11 I7
Dados de pavo al curry con A9 I11
noddles (fideos de arroz) I7 I8 I5
Guarnición: ensalada de temporada
Yogur natural A9 I11 I7

- Sopa de verduras y tortilla zanahoria. Fruta

16 729 75 28 34

Arroz con sepietas A3 A4 A8 A11 I8
(1º) I7
Tortilla de queso A9 A7 I7 I11
Guarnición: ensalada de temporada
Fruta de temporada

- Dados de tofu con verduras. Fruta

19 711 79 38 28

Gazpacho manchego (tortas A1 A3 I5
cencañas, pollo) I7 I8
Bacalao en salsa mery (ajo y A4 A8 A11
perejil) I8 I7
Guarnición: ensalada de temporada
Fruta de temporada

- Sandwich de queso, salmón y manzana

20 805 70 31 44

Marmitako de rape A3 A8 A11 A4 I8 I7
Pintxo de A1 A3 A9 A14 I2 I11 I7
chistorra I8 I6 I5
Guarnición: ensalada de temporada
Natillas de vainilla A9 I11 I7

- Pavo con col al pimentón. Fruta

21 712 88 24 28

Arroz con magro (arroz I5 I2 I7
integral) I8
Pisto tradicional con soja A3 A13
texturizada y patatas A14 A1
panadera A12 I6
Guarnición: ensalada de temporada
Fruta de temporada

- Revuelto de jamón y champiñones. Fruta

22 566 57 24 25

Crema de calabacín y zanahoria ECO
Pechuga de pollo a la A9 I5 I7 I11
crema I8
Guarnición: mazorca de maíz
Fruta de temporada

- Lomo en salsa con ñoquis. Fruta

23 542 40 26 30

Sopa de fideos con A3 A1 A7 A10 A14
garbanzos I7 I5 I8 I6
Tortilla con fiambre de pavo A7 I8 I5 I7
Guarnición: ensalada de temporada
Fruta de temporada

- Dorada con chips de boniato. Fruta

26 802 93 30 34

Arroz integral a la cubana con huevo A7
duro I7
Merluza en salsa verde(aceite A1 A4 A8
de oliva, harina, ajo y perejil) A11 I8 I7
Guarnición: guisantes salteados I6
Fruta de temporada

- Ragut de magro con cherry. Fruta

27 557 62 24 23

Hervido valenciano (patata, zanahoria, I6
cebolla y judía verde)
Contramuslo de pollo asado a la I5 I8
manzana I7
Guarnición: chips de boniato
Fruta de temporada

- Puré con tosta de jamón serrano. Fruta

28 717 90 36 25

Lentejas con verduras ECO A3 A1 I6 I9
Abadejo enharinado casero A1 A8 I7 I8
Guarnición: ensalada de temporada
Fruta de temporada ecológica

- Pavo asado con piña. Fruta

29 723 63 40 33

Sopa de A1 A7 A10 A14 I8 I5 I7 I2
fideos I11 I6
Cocido A3 A9 A14 I2 I6 I11 I7
completo I5 I8
Guarnición: ensalada de temporada
Fruta de temporada

- Alcachofas y lubina al horno. Fruta

30 694 87 32 22

Alubias blancas guisadas con A3 I10
verduras I6
Pizza de york y A1 A9 A14 A10 I5 I7 I2
queso I6 I8 I11
Guarnición: ensalada de temporada
Yogur artesano valenciano A9 I11 I7

- Migas de coliflor con huevo. 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 2 veces a la 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





12	717 85 37 25
Llentilles a la jardinera	A1 A3 I9 I6
Aladrocxs enfarinats casolans	A1 A8 A10 A14 I8 I7 I6
Guarnició: amanida de temporada	
Fruita de temporada	
- Pollastre amb poma i verdures. Fruita	

13	675 65 16 39
Amanida de lletuga, tonyina, cogombre, olives, alvocat	A8
Canelons de carn amb beixamel	A1 A4 A6 A7 A8 A9 A10 A11 A13 A14 I6 I8 I2 I5 I1 I7
Guarnició: dacsa saltejada	
Fruita de temporada	
- Bacallà amb crema de carabassa. Fruita	

14	580 54 17 32
Crema bretona (fesols blancs i porros)	A9 I6 I7 I11 I10
Truita de creïlles	A7 I7
Guarnició: amanida de temporada	
Fruita de temporada ecològica	
- Llom amb albergínia arrebossada. Fruita	

15	583 49 32 26
Gratinat de tador de romanesc i moniato (amb beixamel)	A1 A6 A9 A10 A14 I6 I11 I7
Daus de polit amb salsa de curri amb noddles (fideos d'arròs)	A9 I11 I7 I8 I5
Guarnició: amanida de temporada	
Iogurt natural	A9 I11 I7
- Sopa de verdures i truita safanòria. Fruita	

16	729 75 28 34
Arròs amb sepietes (1º)	A3 A4 A8 A11 I8 I7
Truita de formatge	A9 A7 I7 I11
Guarnició: amanida de temporada	
Fruita de temporada	
- Daus de tofu amb verdures. Fruita	

19	711 79 38 28
Gaspaxto manxec (tortes cecenyas, pollastre)	A1 A3 I5 I7 I8
Bacallà amb salsa mery (all i julivert)	A4 A8 A11 I8 I7
Guarnició: amanida de temporada	
Fruita de temporada	
- Sandvitx de formatge, salmó i poma	

20	805 70 31 44
Marmitako de rap	A3 A8 A11 A4 I8 I7
Pintxo de xistorra	A1 A3 A9 A14 I2 I11 I7 I8 I6 I5
Guarnició: amanida de temporada	
Natilla de vainilla	A9 I11 I7
- Pavo amb col al pebre roig. Fruita	

21	712 88 24 28
Arròs amb magre (arròs integral)	I5 I2 I7 I8
Samfaina tradicional amb soia texturitzada i creïlles al forn	A3 A13 A14 A1 A12 I6
Guarnició: amanida de temporada	
Fruita de temporada	
- Regirat de pernil i xampinyons. Fruita	

22	566 57 24 25
Crema de carbasseta i carlota ECO	
Pit de pollastre a la crema	A9 I5 I7 I11 I8
Guarnició: panotxa de dacsa	
Fruita de temporada	
- Llom en salsa amb gnocchis. Fruita	

23	542 40 26 30
Sopa de fideus amb cigrons	A3 A1 A7 A10 A14 I7 I5 I8 I6
Truita amb companatge de polit	A7 I8 I5 I7
Guarnició: amanida de temporada	
Fruita de temporada	
- Daurada amb xips de moniato. Fruita	

26	802 93 30 34
Arròs integral a la cubana amb ou dur	A7 I7
Lluç en salsa verda (oli d'oliva, farina, all i julivert)	A1 A4 A8 A11 I8 I7
Guarnició: pèsols saltats	I6
Fruita de temporada	
- Magre amb cherry. Fruita	

27	557 62 24 23
Bollit valencià (creïlla, carlota, ceba i batxoqueta)	I6
Cua de pollastre al forn amb poma	I5 I8 I7
Guarnició: xips de moniato	
Fruita de temporada	
- Puré amb torra de pernil salat. Fruita	

28	717 90 36 25
Llentilles amb verdures ECO	A3 A1 I6 I9
Abadejo arrebossat cassolà	A1 A8 I7 I8
Guarnició: amanida de temporada	
Fruita de temporada ecològica	
- Gall d'indi amb pinya. Fruita	

29	723 63 40 33
Sopa de fideus	A1 A7 A10 A14 I8 I5 I7 I2 I11 I6
Olla completa	A3 A9 A14 I2 I6 I11 I7 I5 I8
Guarnició: amanida de temporada	
Fruita de temporada	
- Carxofes i llobarro al forn. Fruita	

30	694 87 32 22
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	
Iogurt artesà valencià	A9 I11 I7
- Molles de coliflor amb ous. Fruita	

La recomanació de 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 - Cerdo I6 - Legumbres I9 - Lentejas I8 - No apto ovo-lacto-vegetariano I7 - No apto vegano

Grupo CAPS - B97320378 - 963 976 520 | nutricion@grupocaps.com - C/ Séquia De Benàger, 25 - 46210 Picanya, Valencia