

<p><b>09</b> 765 107 27 25</p> <p>Tomate, zanahoria, maíz y aceitunas</p> <p>Coditos a la napolitana con queso A1 A7 A9 I11 I7</p> <p><b>Nuggets de brócoli</b> A1 A2 A9 A14</p> <p>Fruta</p> <p>- Champiñones al ajillo y revuelto. Fruta</p>	<p><b>10</b> 597 45 29 32</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p><b>Sopa de verduras con legumbres</b> A3 A1 A7</p> <p>Merluza en salsa de tomate con judías verdes A8 I8 I7 I6</p> <p>Fruta</p> <p>Berenjena, tomate y queso al horno</p>	<p><b>11</b> 709 58 19 44</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Crema de calabacín y zanahoria ECO con picatostes integrales caseros A1</p> <p><b>Albóndigas veganas en salsa (V)</b> A3 A14</p> <p>Fruta</p> <p>- Brocheta de salmón con verduras. Fruta</p>	<p><b>12</b> 745 118 25 19</p> <p>Hummus con crudités de verduras I6</p> <p>Arroz a banda A1 A3 A4 A7 A8 A9 A11 A13 A14 I8 I7 I11 I6</p> <p>Tosta de tomate y atún A1 A8 I7 I8</p> <p>Fruta</p> <p>- Crema de zanahoria y tortilla. Fruta</p>	<p><b>13</b> 663 67 32 29</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Lentejas a la jardinera A1 A3 I9 I6</p> <p><b>Revuelto de champiñón</b> A7 A9 A14</p> <p>Pizza de chocolate A14 A1 A10 A9 A13 I6 I11 I7</p> <p>- Hamburguesa vegetal. Fruta</p>
<p><b>16</b> 691 66 24 36</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Hervido valenciano I6</p> <p><b>Hamburguesa de queso y coliflor con salsa barbaçoa casera y mazorca de maíz</b> A1 A14</p> <p>Fruta</p> <p>- Pescado con chips de verduras. Fruta</p>	<p><b>17</b> 723 87 27 29</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Potaje de garbanzos con verduras A3 I6</p> <p>Tortilla francesa con "pan tumaca integral" A1 A7 I7</p> <p>Fruta</p> <p>- Quiche de verduras. Fruta</p>	<p><b>18</b> 659 78 25 27</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Macarrones ECO con tomate, brócoli y queso A1 A9 I7 I11</p> <p>Bacalao gratinado con all i oli A7 A8 I7 I8</p> <p>Fruta</p> <p>- Boquerones rebozados con tomate aliñado. Fruta</p>	<p><b>19</b> 606 37 23 38</p> <p>Guacamole con nachos A9 I6 I11</p> <p>Ensalada de alubias blancas (lechuga, tomate, pepino, maíz, aceitunas) con atún A8 I8 I7 I10 I6</p> <p>Tortilla de calabacín y patata A7 I7</p> <p>Yogur A9 I7 I11</p> <p>- Bacalao con verduras. Fruta</p>	<p><b>20</b> 783 88 22 37</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p><b>Paella de verduras</b></p> <p>Boquerones rebozados A1 A4 A7 A8 A9 A10 A11 A14 I8 I7 I11 I6</p> <p>Fruta</p> <p>- Revuelto de puerro con patatas. Fruta</p>
<p><b>23</b> 615 65 26 27</p> <p>Ensalada con queso servilleta valenciano A9 I7 I11</p> <p>Guisado de patatas con verduras de temporada A3 I6</p> <p><b>Pescado en salsa con noddles</b></p> <p>Fruta</p> <p>- Tostada de huevo con aguacate. Fruta</p>	<p><b>24</b> 779 97 35 28</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Lentejas ecológicas con verduras A3 A1 I6 I9</p> <p>Calamares enharinados caseros con chips de boniato A4 A8 A1 A10 A14 I7 I8 I6</p> <p>Fruta</p> <p>Albóndigas de bacalao con ensalada</p>	<p><b>25</b> 685 85 22 28</p> <p>Chupito de gazpacho andaluz A1</p> <p><b>Pasta integral con tomate, nata y queso</b> A9 A14 A1 A7 A10</p> <p>Tortilla francesa con ensalada A7 I7</p> <p>Fruta</p> <p>- Dorada a la plancha con pimientos. Fruta</p>	<p><b>26</b> 697 61 35 34</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Potaje de garbanzos con verduras A3 I6</p> <p><b>Salchichas veganas con pisto</b> A3</p> <p>Yogur artesano valenciano A9 I11 I7</p> <p>- Coliflor especiada con atún. Fruta</p>	<p><b>27</b> 807 98 33 31</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Arroz a la cubana con huevo duro A7 I7</p> <p>Merluza en salsa verde con guisantes A8 I7 I6 I8</p> <p>Fruta</p> <p>- Lasaña de calabacín y soja text. Fruta</p>

**30** 606 51 25 32

Ensalada de verduras de temporada

**Sopa de verduras con fideos** A1 A7

**Bacalao al horno con base de tomate frito casero y cebollita pochada** A9

Fruta

- Salmón a la plancha con guisantes. Fruta

**Back to SCHOOL**

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 - Sesámo

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

<p><b>09</b> 765 107 27 25</p> <p>Tomaca, carlota, blat de moro i olives</p> <p>Codits a la napolitana amb formatge <b>A1 A7 A9 I11 I7</b></p> <p><b>Nuggets de bròquil</b> <b>A1 A2 A9 A14</b></p> <p>Fruita</p> <p>Xampinyons amb allada i ou regirat. Fruita</p>	<p><b>10</b> 597 45 29 32</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p><b>Sopa de verdures amb llegums</b> <b>A3 A1 A7</b></p> <p>Lluç amb salsa de tomaca i mongetes verdes <b>A8 I8 I7 I6</b></p> <p>Fruita</p> <p>Albergínia, tomata i formatge al forn</p>	<p><b>11</b> 709 58 19 44</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Crema de carbasseta i carlota ECO amb crostons integrals casolans <b>A1</b></p> <p><b>Mandonguilles veganes en salsa (V)</b> <b>A3 A14</b></p> <p>Fruita</p> <p>- Broqueta de salmó amb verdures. Fruita</p>	<p><b>12</b> 745 118 25 19</p> <p>Hummus amb cruditès de verdures <b>I6</b></p> <p>Arròs a banda <b>A1 A3 A4 A7 A8 A9 A11 A13 A14 I8 I7 I11 I6</b></p> <p>Tosta de tomaca natural i tonyina <b>A1 A8 I7 I8</b></p> <p>Fruita</p> <p>- Crema de carlota i truita. Fruita</p>	<p><b>13</b> 663 67 32 29</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Llenties a la jardineria <b>A1 A3 I9 I6</b></p> <p><b>Ou remenat amb xampinyó</b> <b>A7 A9 A14</b></p> <p>Pizza de xocolata <b>A14 A1 A10 A9 A13 I6 I11 I7</b></p> <p>- Hamburguesa vegetal. Fruita</p>
<p><b>16</b> 691 66 24 36</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Bullit valencià <b>I6</b></p> <p><b>Hamburguesa de formatge i coliflor amb salsa barbaçoa casolana i panotxa de blat de moro</b> <b>A1 A14</b></p> <p>Fruita</p> <p>- Peix al forn amb xips de verdures. Fruita</p>	<p><b>17</b> 723 87 27 29</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Potatge de cigrons amb verdures <b>A3 I6</b></p> <p>Truita francesa amb "pa tumaca integral" <b>A1 A7 I7</b></p> <p>Fruita</p> <p>- Quiche de verdures. Fruita</p>	<p><b>18</b> 659 78 25 27</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Macarrons ECO amb tomaca, bròcoli i formatge <b>A1 A9 I7 I11</b></p> <p>Bacallà gratinat amb all i oli <b>A7 A8 I7 I8</b></p> <p>Fruita</p> <p>- Aladrocxs arrebossats amb tomaca amanida. Fruita</p>	<p><b>19</b> 606 37 23 38</p> <p>Guacamole amb natxos <b>A9 I6 I11</b></p> <p>Amanida de mongetes (lletuga, tomaca, cogombre, dacsca, olives) amb tonyina <b>A8 I8 I7 I10 I6</b></p> <p>Truita de carabasseta i creïlla <b>A7 I7</b></p> <p>Iogurt <b>A9 I7 I11</b></p> <p>- Bacallà amb verdures. Fruita</p>	<p><b>20</b> 783 88 22 37</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p><b>Paella de verdures</b></p> <p>Seitons arrebossats <b>A1 A4 A7 A8 A9 A10 A11 A14 I8 I7 I11 I6</b></p> <p>Fruita</p> <p>- Remenat de porro amb creïlles. Fruita</p>
<p><b>23</b> 615 65 26 27</p> <p>Amanida amb formatge servilleta valencià <b>A9 I7 I11</b></p> <p>Guisat de creïlles amb verdures de temporada <b>A3 I6</b></p> <p><b>Peix en salsa amb noddles</b></p> <p>Fruita</p> <p>Torrada d'ou amb alvocat. Fruita</p>	<p><b>24</b> 779 97 35 28</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Llenties ecològiques amb verdures <b>A3 A1 I6 I9</b></p> <p>Calamars enfarinats casolans amb xips de boniato <b>A4 A8 A1 A10 A14 I7 I8 I6</b></p> <p>Fruita</p> <p>Mandonguilles d'abadejo amb amanida</p>	<p><b>25</b> 685 85 22 28</p> <p>Xupito de gaspatxo andalus <b>A1</b></p> <p><b>Pasta integrals amb tomaca, nata i formatge</b> <b>A9 A14 A1 A7 A10</b></p> <p>Truita francesa amb amanida <b>A7 I7</b></p> <p>Fruita</p> <p>- Daurada a la planxa amb pimentons. Fruita</p>	<p><b>26</b> 697 61 35 34</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Potatge de cigrons amb verdures <b>A3 I6</b></p> <p><b>Salsitxes veganes amb samfaina</b> <b>A3</b></p> <p>Iogurt artesà valencià <b>A9 I11 I7</b></p> <p>- Coliflor especiats amb tonyina. Fruita</p>	<p><b>27</b> 807 98 33 31</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Arròs a la cubana amb ou dur <b>A7 I7</b></p> <p>Lluç amb salsa verda amb amb pèsols <b>A8 I7 I6 I8</b></p> <p>Fruita</p> <p>- Lasanya de carabasseta i soja texturada. Fruita</p>
<p><b>30</b> 606 51 25 32</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p><b>Sopa de verdures amb fideus</b> <b>A1 A7</b></p> <p><b>Bacallà al forn amb base de tomaca fregida casolana i ceba calfada</b> <b>A9</b></p> <p>Fruita</p> <p>Salmó a la planxa amb pèsols. Fruita</p>	<p><b>Back to SCHOOL</b></p>			

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