



<p><b>04</b> 811 90 25 37</p> <p>Hummus con tiras de pan con aceite y pimentón A1 A3 I6                  Macarrones integrales a la genovesa (champiñón, bacon y tomate) A1 A7 A10 A14 I5 I2 I8 I7 I6                  Tortilla francesa con ensalada A7 I7                  Fruta</p> <p>- Crema de zanahoria y tortilla. Fruta</p>	<p><b>05</b> 540 49 25 25</p> <p>Ensalada con aceitunas                  Sopa de fideos A1 A7 A10 A14 I8 I5 I7 I2 I11 I6                  Lomo adobado con cebollita pochada y queso A9 I11 I8 I7 I2 I5                  Fruta</p> <p>- Ensalada de quinoa. Fruta</p>	<p><b>06</b> 705 85 41 23</p> <p>Ensalada con fruta                  Lentejas ecológicas con verduras A3 A1 I6 I9                  Boquerones enarinhados caseros A1 A3 A8 A11 I8 I7                  Fruta</p> <p>- Brocheta de salmón con verduras. Fruta</p>	<p><b>07</b> 689 46 22 46</p> <p>Ensalada con fruta                  Crema de verduras y legumbres A3 A1 I6 I9 I10                  Albóndigas mixtas en salsa jardinera A3 A14 I6 I5 I7 I8 I11 I2                  Yogur artesano valenciano A9 I11 I7</p> <p>- Wok de verduras con soja text. Fruta</p>	<p><b>08</b> 828 97 37 32</p> <p>Ensalada de verduras de temporada                  Arroz a la cubana con huevo duro A7 I7                  Salmón en salsa verde con guisantes A8 I8 I7 I6                  Fruta</p> <p>- Alas de pollo con boniato. Fruta</p>
<p><b>11</b> 648 66 22 33</p> <p>Ensalada de verduras de temporada                  Crema de calabaza y boniato con picatostes caseros A1                  Pavo en salsa I5 I8 I7                  Fruta</p> <p>- Dorada a la plancha con pimientos. Fruta</p>	<p><b>12</b> 762 100 37 23</p> <p>Ensalada con fruta                  Potaje de garbanzos con verduras A3 I6                  Tosta de Jamón york y queso A9 A14 A1 I8 I5 I2 I7 I6                  Fruta</p> <p>- Revuelto de jamón y champiñones. Fruta</p>	<p><b>13</b> 665 61 26 33</p> <p>Ensalada de verduras de temporada                  Sopa de arroz I5 I7 I8                  Gallineta a la marinera con patatas a lo pobre A8 I8 I7                  Fruta</p> <p>- Berenjena rellena. Fruta</p>	<p><b>14</b> 655 73 27 27</p> <p>Ensalada de verduras de temporada                  Espaguetis con tomate A1 A7 A10 A14 I6                  Pollo al horno con verduras I7 I5 I8                  Fruta</p> <p>- Pescado con verduras al papillote. Fruta</p>	<p><b>15</b> 730 73 29 32</p> <p>Ensalada con fruta                  Fabada A3 A9 A13 A14 I5 I2 I8 I7 I6 I11 I10                  Tortilla de patatas con pisto casero A7 I7                  Fruta</p> <p>- Crema y panini de jamón y queso. Fruta</p>
<p><b>18</b> 697 89 29 24</p> <p>Ensalada con fruta                  Arroz cuatro delicias casero (guisantes, york, zanahoria, tortilla) A7 A14 I5 I2 I7 I8 I6                  Rustidera de bacalao (con cebolla y pimiento rojo) A4 A8 I8 I7                  Fruta</p> <p>- Pavo con col al pimentón. Fruta</p>	<p><b>19</b> 717 68 44 29</p> <p>Ensalada de verduras de temporada                  Sopa de puchero A1 A7 A10 A14 I8 I7 I5 I2 I6                  Jamoncitos de pollo con patatas I5 I8 I7                  Fruta</p> <p>- Abadejo al horno con espárragos. Fruta</p>	<p><b>20</b> 876 97 34 35</p> <p>Coleslaw A7 I7                  Mac and cheese (Coditos con salsa de queso gratinados) A1 A9 A10 A14 A7 I11 I7 I6                  Chicken burger con aros de cebolla A1 A4 A8 A9 A10 A11 A14 I8 I7 I6 I5 I11                  Milkshake Americano (batido de chocolate) A9 I11 I7</p> <p>- Alcachofas y lubina al horno. Fruta</p>	<p><b>21</b> 631 67 20 31</p> <p>Ensalada con fruta                  Guisado de patatas con verduras de temporada y majado A3 A5 A13 A1 A9 A10 A14 I11 I6                  Tortilla francesa con tostadita horneada de tomate y queso A1 A7 A9 I11 I7                  Fruta</p> <p>- Champiñones al ajillo y revuelto. Fruta</p>	<p><b>22</b> 733 86 27 31</p> <p>Ensalada de verduras de temporada                  Lentejas a la jardinera A1 A3 I9 I6                  Cuadrados de merluza rebozados con chips de boniato A1 A8 A10 A14 I8 I7 I6                  Fruta</p> <p>- Lomo en salsa con ñoquis. Fruta</p>
<p><b>25</b> 712 81 19 35</p> <p>Ensalada de verduras de temporada                  Fideuà A4 A1 A7 A8 A3 A9 A11 A13 A14 A10 I8 I7 I11 I6                  Nuggets de brócoli A1 A7 A9 I7 I11                  Fruta</p> <p>- Longanizas con pisto casero. Fruta</p>	<p><b>26</b> 590 56 26 29</p> <p>Ensalada con fruta                  Crema de calabacín y zanahoria ECO con picatostes integrales caseros A1                  Pollo al ajillo con champiñones A3 I8 I5 I7                  Fruta</p> <p>- Tortilla francesa y brócoli hervido. Fruta</p>	<p><b>27</b> 773 74 39 33</p> <p>Ensalada de verduras de temporada                  Alubias pintas con verduras I6 I10                  Ventresca de merluza con all i oli de tomate con cama de patatas A8 A7 I8 I7                  Fruta</p> <p>- Puré con tosta de jamón serrano. Fruta</p>	<p><b>28</b> 620 73 16 26</p> <p>Ensalada con fruta                  Paella valenciana I8 I5 I7 I6 I10                  Mini pizzas de calabacín A9 I11 I7                  Yogur A9 I7 I11</p> <p>- Salmón con calabacín. Fruta</p>	<p><b>29</b> 658 70 28 29</p> <p>Ensalada de verduras de temporada                  Garbanzos con calabaza I6                  Tortilla de atún A7 A8 I8 I7                  Fruta</p> <p>- Wok de ternera con verduras thai. Fruta</p>

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



<p><b>04</b> <span>811 90 25 37</span></p> <p>Hummus amb tires de pa amb oli i pimentó dolç <span>A1 A3 I6</span></p> <p>Macarrons integrals a la genovesa (xampinyó, bacó i tomàquet) <span>A1 A7 A10 A14 I5 I2 I8 I7 I6</span></p> <p>Truita francesa amb amanida <span>A7 I7</span></p> <p>Fruita</p> <p>-Crema de carlota i truita. Fruita</p>	<p><b>05</b> <span>540 49 25 25</span></p> <p>Amanida amb olives</p> <p>Sopa de fideus <span>A1 A7 A10 A14 I8 I5 I7 I2 I11 I6</span></p> <p>Llom adobat amb ceba potxada i formatge <span>A9 I11 I8 I7 I2 I5</span></p> <p>Fruita</p> <p>- Amanida de quinoa. Fruita</p>	<p><b>06</b> <span>705 85 41 23</span></p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Llenties ecològiques amb verdures <span>A3 A1 I6 I9</span></p> <p>Aladrocns enfarinats casolans <span>A1 A3 A8 A11 I8 I7</span></p> <p>Fruita</p> <p>- Broqueta de salmó amb verdures. Fruita</p>	<p><b>07</b> <span>689 46 22 46</span></p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Crema de llegums i verdures <span>A3 A1 I6 I9 I10</span></p> <p>Mandonguilles mixtes en salsa <span>A3 A14 I6 I5 I7 I8 I11 I2</span></p> <p>Iogurt artesà valencià <span>A9 I11 I7</span></p> <p>- Wok de verdures amb soja text. Fruita</p>	<p><b>08</b> <span>828 97 37 32</span></p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Arròs a la cubana amb ou dur <span>A7 I7</span></p> <p>Salmó amb salsa verda amb amb pèsols <span>A8 I8 I7 I6</span></p> <p>Fruita</p> <p>- Ales de pollastre amb moniato. Fruita</p>
<p><b>11</b> <span>648 66 22 33</span></p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Crema de carbassa i moniato amb crostons casolans <span>A1</span></p> <p>Titot en salsa <span>I5 I8 I7</span></p> <p>Fruita</p> <p>- Daurada a la planxa amb pimentons. Fruita</p>	<p><b>12</b> <span>762 100 37 23</span></p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Potatge de cigrons amb verdures <span>A3 I6</span></p> <p>Torrada de pernil dolç i formatge <span>A9 A14 A1 I8 I5 I2 I7 I6</span></p> <p>Fruita</p> <p>- Regirat de pernil i xampinyons. Fruit</p>	<p><b>13</b> <span>665 61 26 33</span></p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Sopa d'arròs <span>I5 I7 I8</span></p> <p>Gallineta a la marinera amb creïlles al pobra <span>A8 I8 I7</span></p> <p>Fruita</p> <p>- Albergínia farcida. Fruita</p>	<p><b>14</b> <span>655 73 27 27</span></p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Espaguetis amb tomaca <span>A1 A7 A10 A14 I6</span></p> <p>Pollastre al forn amb verdures <span>I7 I5 I8</span></p> <p>Fruita</p> <p>- Peix amb verdures al "papillot". Fruita</p>	<p><b>15</b> <span>730 73 29 32</span></p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>"Fabada" <span>A3 A9 A13 A14 I5 I2 I8 I7 I6 I11 I10</span></p> <p>Truita de creïlla amb samfaina cassolana <span>A7 I7</span></p> <p>Fruita</p> <p>- Crema i panini de pernil i formatge. Fruita</p>
<p><b>18</b> <span>697 89 29 24</span></p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Arròs quatre delícies casolà (pèsols, pernil dolç, carlota, ou) <span>A7 A14 I5 I2 I7 I8 I6</span></p> <p>Rustidera de bacallà (amb ceba i pimentó roig) <span>A4 A8 I8 I7</span></p> <p>Fruita</p> <p>- Pavo amb col al pebre roig. Fruita</p>	<p><b>19</b> <span>717 68 44 29</span></p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Sopa de putxero <span>A1 A7 A10 A14 I8 I7 I5 I2 I6</span></p> <p>Pernillets de pollastre amb creïlles <span>I5 I8 I7</span></p> <p>Fruita</p> <p>- Abadejo al forn amb espàrrecs. Fruita</p>	<p><b>20</b> <span>876 97 34 35</span></p> <p>Coleslaw <span>A7 I7</span></p> <p>Mac and cheese (pasta amb salsa de formatge gratinats) <span>A1 A9 A10 A14 A7 I11 I7 I6</span></p> <p>"Chicken burger" amb cèrcols de ceba <span>A1 A4 A8 A9 A10 A11 A14 I8 I7 I6 I5 I11</span></p> <p>Milkshake Americà (batut de xocolate) <span>A9 I11 I7</span></p> <p>-Carxofes i llobarro al forn. Fruita</p>	<p><b>21</b> <span>631 67 20 31</span></p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Guisat de creïlles amb verdures de temporada i picada <span>A3 A5 A13 A1 A9 A10 A14 I11 I6</span></p> <p>Truita francesa amb pa torrat en tomaca i formatge <span>A1 A7 A9 I11 I7</span></p> <p>Fruita</p> <p>Xampinyons amb allada i ou regirat. Fruita</p>	<p><b>22</b> <span>733 86 27 31</span></p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Llenties a la jardinera <span>A1 A3 I9 I6</span></p> <p>Quadrats de lluç arrebossats amb xips de moniato <span>A1 A8 A10 A14 I8 I7 I6</span></p> <p>Fruita</p> <p>- Llom en salsa amb nyoquis. Fruita</p>
<p><b>25</b> <span>712 81 19 35</span></p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Fideuà <span>A4 A1 A7 A8 A3 A9 A11 A13 A14 A10 I8 I7 I11 I6</span></p> <p>Nuggets de bròquil <span>A1 A7 A9 I7 I11</span></p> <p>Fruita</p> <p>- Llonganisses amb samfaina casolana. Fruita</p>	<p><b>26</b> <span>590 56 26 29</span></p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Crema de carbasseta i carlota ECO amb crostons integrals casolans <span>A1</span></p> <p>Pollastre amb alls amb xampinyons <span>A3 I8 I5 I7</span></p> <p>Fruita</p> <p>Truita francesa i bròcoli bullit. Fruita</p>	<p><b>27</b> <span>773 74 39 33</span></p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Fesols pintes amb verdures <span>I6 I10</span></p> <p>Lluç amb all i oli de tomaca amb llit de creïlla <span>A8 A7 I8 I7</span></p> <p>Fruita</p> <p>- Purés amb torra de pernil. Fruita</p>	<p><b>28</b> <span>620 73 16 26</span></p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Paella valenciana <span>I8 I5 I7 I6 I10</span></p> <p>Mini pizzas de carbasseta <span>A9 I11 I7</span></p> <p>Iogurt <span>A9 I7 I11</span></p> <p>- Salmó amb carbasseta. Fruita</p>	<p><b>29</b> <span>658 70 28 29</span></p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Cigrons amb carbassa <span>I6</span></p> <p>Truita de tonyina <span>A7 A8 I8 I7</span></p> <p>Fruita</p> <p>- Wok de vedella amb verdures thai. Fruita</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 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

