



<p><b>04</b> 811 90 25 37</p> <p>Hummus con tiras de pan con aceite y pimentón A1 A3 I6</p> <p>Macarrones integrales con tomate, champiñón y zanahoria A3 A1 A7 A10 A14</p> <p>Tortilla francesa con ensalada A7 I7</p> <p>Fruta</p> <p>- Crema de zanahoria y tortilla. Fruta</p>	<p><b>05</b> 540 49 25 25</p> <p>Ensalada con aceitunas</p> <p>Sopa de verduras con fideos A1 A7 A6</p> <p>Salchicha vegana con cebollita pochada y queso A9</p> <p>Fruta</p> <p>- Ensalada de quinoa. Fruta</p>	<p><b>06</b> 705 85 41 23</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Lentejas ecológicas con verduras A3 A1 I6 I9</p> <p>Boquerones enarinhados caseros A1 A3 A8 A11 I8 I7</p> <p>Fruta</p> <p>- Brocheta de salmón con verduras. Fruta</p>	<p><b>07</b> 689 46 22 46</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Crema de verduras y legumbres A3 A1 I6 I9 I10</p> <p>Albóndigas veganas en salsa (V) A1</p> <p>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</p> <p>Arroz a la cubana con huevo duro A7 I7</p> <p>Salmón en salsa verde con guisantes A8 I8 I7 I6</p> <p>Fruta</p> <p>Tortilla francesa con bastones de boniato</p>
<p><b>11</b> 648 66 22 33</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Crema de calabaza y boniato con picatostes caseros A1</p> <p>Merluza en salsa A8</p> <p>Fruta</p> <p>- Dorada a la plancha con pimientos. Fruta</p>	<p><b>12</b> 762 100 37 23</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Potaje de garbanzos con verduras A3 I6</p> <p>Tosta de queso A1 A9</p> <p>Fruta</p> <p>Revuelto de huevo con champiñón</p>	<p><b>13</b> 665 61 26 33</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Sopa de verduras con arroz A6</p> <p>Gallineta a la marinera con patatas a lo pobre A8 I8 I7</p> <p>Fruta</p> <p>Berenjena, tomate y queso al horno</p>	<p><b>14</b> 655 73 27 27</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Espaguetis con tomate A1 A7 A10 A14 I6</p> <p>Tortilla campera A7</p> <p>Fruta</p> <p>- Pescado con verduras al papillote. Fruta</p>	<p><b>15</b> 730 73 29 32</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Fabada vegetal</p> <p>Tortilla de patatas con pisto casero A7 I7</p> <p>Fruta</p> <p>Panini de queso</p>
<p><b>18</b> 697 89 29 24</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Arroz tres delicias sin jamón cocido A7</p> <p>Rustidera de bacalao (con cebolla y pimiento rojo) A4 A8 I8 I7</p> <p>Fruta</p> <p>- Tostada de huevo con aguacate. Fruta</p>	<p><b>19</b> 717 68 44 29</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Sopa de verduras con fideos A1 A7 A6</p> <p>Merluza con patatas al horno A8</p> <p>Fruta</p> <p>- Abadejo al horno con espárragos. Fruta</p>	<p><b>20</b> 876 97 34 35</p> <p>Coleslaw A7 I7</p> <p>Mac and cheese (Coditos con salsa de queso gratinados) A1 A9 A10 A14 A7 I11 I7 I6</p> <p>Hamburguesa de coliflor y queso con guarnición A1 A7 A9 A12</p> <p>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</p> <p>Guisado de patatas con verduras de temporada y majado A3 A5 A13 A1 A9 A10 A14 I11 I6</p> <p>Tortilla francesa con tostadita horneada de tomate y queso A1 A7 A9 I11 I7</p> <p>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</p> <p>Lentejas a la jardinera A1 A3 I9 I6</p> <p>Cuadraditos de merluza rebozados con chips de boniato A1 A8 A10 A14 I8 I7 I6</p> <p>Fruta</p> <p>Gratén de patatas, verduras y queso</p>
<p><b>25</b> 712 81 19 35</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Fideuà A4 A1 A7 A8 A3 A9 A11 A13 A14 A10 I8 I7 I11 I6</p> <p>Nuggets de brócoli A1 A7 A9 I7 I11</p> <p>Fruta</p> <p>Bacalao con pisto</p>	<p><b>26</b> 590 56 26 29</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Crema de calabacín y zanahoria ECO con picatostes integrales caseros A1</p> <p>Revuelto de champiñón A7 A3</p> <p>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</p> <p>Alubias pintas con verduras I6 I10</p> <p>Ventresca de merluza con all i oli de tomate con cama de patatas A8 A7 I8 I7</p> <p>Fruta</p> <p>Panini casero de atún</p>	<p><b>28</b> 620 73 16 26</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Paella de verduras</p> <p>Mini pizzas de calabacín A9 I11 I7</p> <p>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</p> <p>Garbanzos con calabaza I6</p> <p>Tortilla de atún A7 A8 I8 I7</p> <p>Fruta</p> <p>Cuadraditos de merluza rebozados con coliflor crunchy</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 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



<p><b>04</b> 811 90 25 37</p> <p>Hummus amb tires de pa amb oli i pimentó dolç A1 A3 I6</p> <p>Macarrons integrais amb tomata, xampinyó i carlota A3 A1 A7 A10 A14</p> <p>Truita francesa amb amanida A7 I7</p> <p>Fruita</p> <p>-Crema de carlota i truita. Fruita</p>	<p><b>05</b> 540 49 25 25</p> <p>Amanida amb olives</p> <p>Sopa de verdures amb fideus A1 A7 A6</p> <p>Salsitxa vegana amb ceba potxada i formatge A9</p> <p>Fruita</p> <p>- Amanida de quinoa. Fruita</p>	<p><b>06</b> 705 85 41 23</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Llenties ecològiques amb verdures A3 A1 I6 I9</p> <p>Aladrocns enfarinats casolans A1 A3 A8 A11 I8 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Broqueta de salmó amb verdures. Fruita</p>	<p><b>07</b> 689 46 22 46</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Crema de llegums i verdures A3 A1 I6 I9 I10</p> <p>Mandonguilles veganes en salsa (V) A1</p> <p>Iogurt artesà valencià A9 I11 I7</p> <p>- Wok de verdures amb soja text. Fruita</p>	<p><b>08</b> 828 97 37 32</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Arròs a la cubana amb ou dur A7 I7</p> <p>Salmó amb salsa verda amb amb pèsols A8 I8 I7 I6</p> <p>Fruita</p> <p>Truita francesa amb bastons de moniato</p>
<p><b>11</b> 648 66 22 33</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Crema de carbassa i moniato amb crostons casolans A1</p> <p>Lluç en salsa A8</p> <p>Fruita</p> <p>- Daurada a la planxa amb pimentons. Fruita</p>	<p><b>12</b> 762 100 37 23</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Potatge de cigrons amb verdures A3 I6</p> <p>Tosta de formatge A1 A9</p> <p>Fruita</p> <p>Remenat d'ou amb xampinyó</p>	<p><b>13</b> 665 61 26 33</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Sopa de verdures amb arròs A6</p> <p>Gallineta a la marinera amb creïlles al pobra A8 I8 I7</p> <p>Fruita</p> <p>Albergínia, tomata i formatge al forn</p>	<p><b>14</b> 655 73 27 27</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Espaguetis amb tomaca A1 A7 A10 A14 I6</p> <p>Truita campera A7</p> <p>Fruita</p> <p>- Peix amb verdures al "papillot". Fruita</p>	<p><b>15</b> 730 73 29 32</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Favada vegetal</p> <p>Truita de creïlla amb samfaina cassolana A7 I7</p> <p>Fruita</p> <p>Panini formatge</p>
<p><b>18</b> 697 89 29 24</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Arròs tres delícies sense ou A7</p> <p>Rustidera de bacallà (amb ceba i pimentó roig) A4 A8 I8 I7</p> <p>Fruita</p> <p>Torrada d'ou amb alvocat. Fruita</p>	<p><b>19</b> 717 68 44 29</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Sopa de verdures amb fideus A1 A7 A6</p> <p>Lluç amb creïlles al forn A8</p> <p>Fruita</p> <p>- Abadejo al forn amb espàrrecs. Fruita</p>	<p><b>20</b> 876 97 34 35</p> <p>Coleslaw A7 I7</p> <p>Mac and cheese (pasta amb salsa de formatge gratinats) A1 A9 A10 A14 A7 I11 I7 I6</p> <p>Hamburguesa de colflor i formatge amb guarnició A1 A7 A9 A12</p> <p>Milkshake Americà (batut de xocolata) A9 I11 I7</p> <p>-Carxofes i llobarro al forn. Fruita</p>	<p><b>21</b> 631 67 20 31</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Guisat de creïlles amb verdures de temporada i picada A3 A5 A13 A1 A9 A10 A14 I11 I6</p> <p>Truita francesa amb pa torrat en tomaca i formatge A1 A7 A9 I11 I7</p> <p>Fruita</p> <p>Xampinyons amb allada i ou regirat. Fruita</p>	<p><b>22</b> 733 86 27 31</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Llenties a la jardineria A1 A3 I9 I6</p> <p>Quadradets de lluç arrebossats amb xips de moniato A1 A8 A10 A14 I8 I7 I6</p> <p>Fruita</p> <p>Creïlles gratinades, verdures i formatge</p>
<p><b>25</b> 712 81 19 35</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Fideuà A4 A1 A7 A8 A3 A9 A11 A13 A14 A10 I8 I7 I11 I6</p> <p>Nuggets de bròquil A1 A7 A9 I7 I11</p> <p>Fruita</p> <p>Bacallà amb samfaina</p>	<p><b>26</b> 590 56 26 29</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Crema de carbasseta i carlota ECO amb crostons integrais casolans A1</p> <p>Ou remenat amb xampinyó A7 A3</p> <p>Fruita</p> <p>Truita francesa i bròcoli bullit. Fruita</p>	<p><b>27</b> 773 74 39 33</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Fesols pintes amb verdures I6 I10</p> <p>Lluç amb all i oli de tomaca amb llit de creïlla A8 A7 I8 I7</p> <p>Fruita</p> <p>Panini casolà de tonyina</p>	<p><b>28</b> 620 73 16 26</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Paella de verdures</p> <p>Mini pizzas de carbasseta A9 I11 I7</p> <p>Iogurt A9 I7 I11</p> <p>- Salmó amb carbasseta. Fruita</p>	<p><b>29</b> 658 70 28 29</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Cigrons amb carbassa I6</p> <p>Truita de tonyina A7 A8 I8 I7</p> <p>Fruita</p> <p>Quadradets de lluç arrebossats amb coliflor crunchy</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

