



<p>04 790 82 35 28</p> <p>Ensalada con manzana</p> <p>Lentejas ecológicas con verduras A3 A1 I6 I9</p> <p>Boquerones enharinados con salsa tártara casera A1 A3 A4 A7 A8 A10 A14 A2 I6 I8 I7</p> <p>Fruta</p> <p>- Crema de zanahoria y tortilla. Fruta</p>	<p>05 540 49 25 25</p> <p>Ensalada con aceitunas</p> <p>Sopa de fideos A1 A7 A10 A14 I8 I5 I7 I2 I11 I6</p> <p>Lomo con cebollita pochada y queso A9 I11 I8 I7 I5 I2</p> <p>Fruta</p> <p>- Ensalada de quinoa. Fruta</p>	<p>06 811 90 25 37</p> <p>Hummus con tiras de pan con aceite y pimentón A1 A3 I6</p> <p>Macarrones integrales a la genovesa (champiñón, bacon y tomate) A1 A7 A10 A14 I5 I2 I8 I7 I6</p> <p>Tortilla francesa con ensalada A7 I7</p> <p>Fruta</p> <p>- Brocheta de salmón con verduras. Fruta</p>	<p>07 623 51 37 29</p> <p>Ensalada con pera</p> <p>Crema de verduras y legumbres A3 A1 I6 I9 I10</p> <p>Albóndigas de pollo en salsa A3 I5 I6 I8 I7</p> <p>Fruta</p> <p>- Wok de verduras con soja text. Fruta</p>	<p>08 851 98 40 34</p> <p>Ensalada con granada</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>Yogur artesano valenciano A9 I11 I7</p> <p>- Alas de pollo con boniato. Fruta</p>
<p>11 612 62 24 30</p> <p>Ensalada con naranja</p> <p>Crema de calabaza y boniato con picatostes caseros A1</p> <p>Pavo al curry con arroz de coliflor A9 I11 I5 I8 I7</p> <p>Fruta</p> <p>- Dorada a la plancha con pimientos. Fruta</p>	<p>12 704 91 26 25</p> <p>Ensalada de otoño con calabaza</p> <p>Potaje de garbanzos con verduras A3 I6</p> <p>Quesadilla de york y queso A1 A12 A14 A9 I5 I7 I8 I11 I2 I6</p> <p>Fruta</p> <p>- Revuelto de jamón y champiñones. Fruta</p>	<p>13 865 97 34 38</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Arroz de pescado A8</p> <p>Alitas de pollo al horno con champiñones I8 I7 I5</p> <p>Fruta</p> <p>- Berenjena rellena. Fruta</p>	<p>14 795 97 31 31</p> <p>Ensalada con queso A9 I7 I11</p> <p>Gazpacho manchego (tortas cenceñas, pollo) A1 A3 I8 I5 I7</p> <p>Tortilla de patatas A7 I7</p> <p>Fruta</p> <p>- Pescado con verduras al papillote. Fruta</p>	<p>15 723 65 38 31</p> <p>Ensalada con espárragos</p> <p>Fabada A3 A9 A13 A14 I5 I2 I8 I7 I6 I11 I10</p> <p>Lengudina con pisto A8 A4 A11 I8 I7</p> <p>Fruta</p> <p>- Crema y panini de jamón y queso. Fruta</p>
<p>18 663 69 30 29</p> <p>Ensalada con pipas A1 A5 A13 A14 I6 I11</p> <p>Lentejas a la jardinera A1 A3 I9 I6</p> <p>Gallineta con salsa italiana A8 I8 I7</p> <p>Fruta</p> <p>- Pavo con col al pimentón. Fruta</p>	<p>19 689 69 24 35</p> <p>Ensalada con zanahoria</p> <p>Patatas a la riojana A3 A9 I7 I8 I5 I2 I11</p> <p>Tortilla francesa con tostadita horneada de tomate y queso A1 A7 A9 I11 I7</p> <p>Fruta</p> <p>- Abadejo al horno con espárragos. Fruta</p>	<p>20 876 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>Chicken burger con aros de cebolla A1 A4 A8 A9 A10 A11 A14 I8 I7 I6 I5 I11</p> <p>Milkshake Americano (batido de chocolate) A9 I11 I7</p> <p>- Alcachofas y lubina al horno. Fruta</p>	<p>21 593 57 27 28</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Sopa de puchero A1 A7 A10 A14 I8 I7 I5 I2 I6</p> <p>Tortilla de calabacín y patata A7 I7</p> <p>Fruta</p> <p>- Champiñones al ajillo y revuelto. Fruta</p>	<p>22 733 62 31 39</p> <p>Ensalada con manzana</p> <p>Arròs rossejat A3 A9 A13 A14 I8 I2 I7 I6 I5 I11</p> <p>Rustidera de bacalao (con cebolla y pimiento rojo) A4 A8 I8 I7</p> <p>Fruta</p> <p>- Lomo en salsa con ñoquis. Fruta</p>
<p>25 683 70 24 33</p> <p>Ensalada con zanahoria</p> <p>Fideuà de carne A1 A7 A3 I8 I5 I2 I7</p> <p>Nuggets de brócoli A1 A7 A9 I7 I11</p> <p>Fruta</p> <p>- Longanizas con pisto casero. Fruta</p>	<p>26 616 54 27 32</p> <p>Ensalada con nueces A5 A13</p> <p>Crema de calabacín y zanahoria ECO con picatostes integrales caseros A1</p> <p>Pollo al ajillo con champiñones A3 I8 I5 I7</p> <p>Fruta</p> <p>- Tortilla francesa y brócoli hervido. Fruta</p>	<p>27 731 78 41 25</p> <p>Ensalada con atún A8 I8 I7</p> <p>Alubias pintas con verduras I6 I10</p> <p>Gallo San Pedro en salsa de tomate con patatas a lo pobre A8 I8 I7</p> <p>Fruta</p> <p>- Puré con tosta de jamón serrano. Fruta</p>	<p>28 609 71 16 26</p> <p>Ensalada con maíz</p> <p>Paella valenciana I8 I5 I7 I6 I10</p> <p>Mini pizzas de calabacín A9 I11 I7</p> <p>Yogur A9 I7 I11</p> <p>- Salmón con calabacín. Fruta</p>	<p>29 667 69 28 30</p> <p>Ensalada con aceitunas</p> <p>Garbanzos con calabaza I6</p> <p>Tortilla de atún A7 A8 I8 I7</p> <p>Fruta</p> <p>- Wok de ternera con verduras thai. Fruta</p>

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



<p>04 </p> <p>Amanida amb poma</p> <p>Llentilles ecològiques amb verdures A3 A1 I6 I9</p> <p>Seitons enfarinats amb salsa tàrtara casolana A1 A3 A4 A7 A8 A10 A14 A2 I6 I8 I7</p> <p>Fruita</p> <p>-Crema de carlota i truita. Fruita</p>	<p>05 </p> <p>Amanida amb olives</p> <p>Sopa de fideus A1 A7 A10 A14 I8 I5 I7 I2 I11 I6</p> <p>Llom amb ceba potxada i formatge A9 I11 I8 I7 I5 I2</p> <p>Fruita</p> <p>- Amanida de quinoa. Fruita</p>	<p>06 </p> <p>Hummus amb tires de pa amb oli i pimentó dolç A1 A3 I6</p> <p>Macarrons integrals a la genovesa (xampinyó, bacó i tomàquet) A1 A7 A10 A14 I5 I2 I8 I7 I6</p> <p>Truita francesa amb amanida A7 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Broqueta de salmó amb verdures. Fruita</p>	<p>07 </p> <p>Amanida amb pera</p> <p>Crema de llegums i verdures A3 A1 I6 I9 I10</p> <p>Mandonguilles de pollastre en salsa A3 I5 I6 I8 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Wok de verdures amb soja text. Fruita</p>	<p>08 </p> <p>Amanida amb granada</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>Iogurt artesà valencià A9 I11 I7</p> <p>- Ales de pollastre amb moniato. Fruita</p>
<p>11 </p> <p>Amanida amb taronja</p> <p>Crema de carbassa i moniato amb crostons casolans A1</p> <p>Pavo al curri amb arròs de coliflor A9 I11 I5 I8 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Daurada a la planxa amb pimentons. Fruita</p>	<p>12 </p> <p>Amanida de tardor amb carbassa</p> <p>Potatge de cigrons amb verdures A3 I6</p> <p>Quesadilla de york i formatge A1 A12 A14 A9 I5 I7 I8 I11 I2 I6</p> <p>Fruita</p> <p>- Regirat de pernil i xampinyons. Fruit</p>	<p>13 </p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Arròs de peix A8</p> <p>Aletes de pollastre al forn amb xampinyons I8 I7 I5</p> <p>Fruita</p> <p>- Albergínia farcida. Fruita</p>	<p>14 </p> <p>Amanida amb formatge A9 I7 I11</p> <p>Gaspatxo manxec A1 A3 I8 I5 I7</p> <p>Truita de creïlles A7 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Peix amb verdures al "papillot". Fruita</p>	<p>15 </p> <p>Amanida amb espàrrecs</p> <p>"Fabada" A3 A9 A13 A14 I5 I2 I8 I7 I6 I11 I10</p> <p>Lenguadina amb samfaina A8 A4 A11 I8 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Crema i panini de pernil i formatge. Fruita</p>
<p>18 </p> <p>Amanida amb pipes A1 A5 A13 A14 I6 I11</p> <p>Llentilles a la jardinera A1 A3 I9 I6</p> <p>Gallineta amb salsa italiana A8 I8 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Pavo amb col al pebre roig. Fruita</p>	<p>19 </p> <p>Amanida amb carlota</p> <p>Creïlles a la riojana A3 A9 I7 I8 I5 I2 I11</p> <p>Truita francesa amb pa torrat en tomaca i formatge A1 A7 A9 I11 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Abadejo al forn amb espàrrecs. Fruita</p>	<p>20 </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>"Chicken burger" amb cèrcols de ceba A1 A4 A8 A9 A10 A11 A14 I8 I7 I6 I5 I11</p> <p>Milkshake Americà (batut de xocolata) A9 I11 I7</p> <p>-Carxofes i llobarro al forn. Fruita</p>	<p>21 </p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Sopa de putxero A1 A7 A10 A14 I8 I7 I5 I2 I6</p> <p>Truita de carabasseta i creïlla A7 I7</p> <p>Fruita</p> <p>Xampinyons amb allada i ou regirat. Fruita</p>	<p>22 </p> <p>Amanida amb poma</p> <p>Arròs rossejat A3 A9 A13 A14 I8 I2 I7 I6 I5 I11</p> <p>Rustidera de bacallà (amb ceba i pimentó roig) A4 A8 I8 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Llom en salsa amb nyoquis. Fruita</p>
<p>25 </p> <p>Amanida amb carlota</p> <p>Fideuà de carn A1 A7 A3 I8 I5 I2 I7</p> <p>Nuggets de bròquil A1 A7 A9 I7 I11</p> <p>Fruita</p> <p>- Llonganisses amb samfaina casolana. Fruita</p>	<p>26 </p> <p>Amanida amb anous A5 A13</p> <p>Crema de carabasseta i carlota ECO amb crostons integrals casolans A1</p> <p>Pollastre amb alls amb xampinyons A3 I8 I5 I7</p> <p>Fruita</p> <p>Truita francesa i bròcoli bullit. Fruita</p>	<p>27 </p> <p>Amanida amb tonyina A8 I8 I7</p> <p>Fesols pintes amb verdures I6 I10</p> <p>Gall San Pedro en salsa de tomata amb creïlles a lo pobre A8 I8 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Purés amb torra de pernil. Fruita</p>	<p>28 </p> <p>Amanida amb dacsa</p> <p>Paella valenciana I8 I5 I7 I6 I10</p> <p>Mini pizzes de carabasseta A9 I11 I7</p> <p>Iogurt A9 I7 I11</p> <p>- Salmó amb carabasseta. Fruita</p>	<p>29 </p> <p>Amanida amb olives</p> <p>Cigrons amb carbassa I6</p> <p>Truita de tonyina A7 A8 I8 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Wok de vedella amb verdures thai. Fruita</p>

La recomenació 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 - 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