Grupo CAPS

Menú basal juny

CEIP La Moleta

CEIP LA MOLETA
La Vall d'Uixó
12004746

01
611 | 46 | 18 | 39

- Encisam, tomaca i carlota
- Crema de verdures de temporada
- Llonganisses amb creïlles — A3 A9 A14 I7 I2 I6 I5 I8
- Fruita de temporada

-Tortilla de coliflor amb amanida de tomata i formatge. Fruita

02
610 | 87 | 23 | 20

- Encisam, carlota i dacsa
- Fideuà — A4 A3 A11 A1 A7 I8 I7
- Tosta de formatge — A1 A9 I7
- Fruita de temporada

- Vedella saltada amb carabasseta a la planxa i tosta d'oli. Fruita

05
594 | 81 | 14 | 23

- Encisam, cogombre i tomaca
- Macarrons integrals amb beixamel de carabasseta — A1 A7 A9 I7
- Verdures en tempura — A1 A4 A7 A8 A9 A11 A13 A14 I8 I7 I6
- Cubets de meló d'alger

DIA MUNDIAL DEL MEDI AMBIENT 5 de Juny

- Albergínia farcida. Fruita

06
576 | 61 | 17 | 28

- Muntadet de pernil cuit — A1 A9 A14 I8 I6 I7 I5 I2
- Guisat de creïlla amb verdures — A3
- Truita francesa amb carlota — A7 I7
- Fruita de temporada

- Salmó a la planxa amb saltat de verdures. Fruita

07
590 | 63 | 25 | 26

- Encisam, carlota i olives
- Sopa minestrone amb caracoles — A6 A1 A7
- Pit de pollastre amb xampinyons — A3 I8 I5 I7
- Fruita de temporada

- Ous al plat amb tomaca i pésols. Fruita

08
682 | 68 | 37 | 30

- Encisam, tomaca i poma
- Llentilles ECO amb verdures i xoriço — A1 A3 A9 I9 I6 I8 I2 I5 I7
- Bacallà amb salsa de ceba — A8 I8 I7
- Fruita de temporada

- Gaspatxo andalús amb crostons i polit a la planxa . Fruita

09
723 | 101 | 13 | 28

- Encisam, cogombre i carlota
- Arròs amb tomaca
- "San Jacobos" — A1 A9 A14 I6 I2 I8 I7 I5
- Gelat — A7 A9 A13 A14 I7 I6

- Lluç al forn amb creïlles i espàrrecs. Fruita

12
559 | 41 | 31 | 30

- Encisam, tomaca i tonyina — A8 I8 I7
- Crema de colflor i poma — A9 I7
- Pernilets amb salsa — I8 I7 I5
- Fruita de temporada

- Bacallà amb pebrots, carbassó i tomàquet. Fruita

13
716 | 72 | 39 | 29

- Encisam, carlota i dacsa
- Espaguetis carbonara — A9 A1 A7 A14 I8 I5 I2 I7 I6
- Lluç amb salsa de ceba i tomaca — A8 I8 I7
- Fruita de temporada

- Torrada d'alvocat amb regirat de tonyina. Fruita

14
746 | 86 | 32 | 30

- Formatge d'untar amb galetes salades — A9 A1 A7 A12 A14 I7 I6
- Cigrons amb verdures — I6
- Tortilla de creïlla amb tomaca natural — A7 I7
- Fruita de temporada

- Lasanya de carabasseta i verdures al gust amb soja texturada. Fruita

15
635 | 67 | 26 | 29

- Carlota ratllada
- Paella de verdures
- Roti de gall dindi amb xampinyons — A1 A14 A3 I6 I8 I7 I5
- Iogurt — A9 I7

-Bullit de carxofes i llobarro al forn. Fruita

16
607 | 69 | 35 | 25

- Encisam, dacsa i poma
- Sopa de peix (amb estreletes) — A3 A4 A11 A1 A7 A8 I7 I8
- Pizza de york i formatge — A1 A9 A14 I8 I5 I2 I7 I6
- Fruita de temporada

-Crema de carlota i truita de creïlla. Fruita

19
739 | 75 | 37 | 32

- Snack de Crispetes de Dacsa — A5 A13
- Amanida de pasta (tonyina i formatge) — A8 A1 A7 A9 I7 I8
- Salmó a la provençal — A8 I8 I7
- Fruita de temporada

-Cuixetes de pollastre al forn amb poma rostida i verdures. Fruita

20
631 | 66 | 25 | 29

- Encisam, cogombre i tomaca
- Crema de carabasseta ecològica
- Aletes de pollastre amb patates — I8 I5 I7
- Fruita de temporada

- Daurada a la planxa amb xips de moniato. Fruita

21
825 | 101 | 20 | 37

- Encisam, tomaca i carlota
- Arròs al forn — A3 A9 A13 I2 I8 I6 I7 I5
- Nuggets de pollastre — A1 A3 A4 A6 A7 A8 A9 A10 A11 A14 I5 I6 I8 I7
- Gelat — A7 A9 A13 A14 I7 I6

- Mandonguilles de vedella en salsa amb xips de carlota. Fruita

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

Quilocaloríes Proteïnes Carbohidrats Greixos

I8 - Ovolactovegetariano I10 - Sin alubias I5 - Sin carne I2 - Sin cerdo I6 - Sin legumbres I9 - Sin lentejas I7 - Vegano

Grupo CAPS - B97320378 - 963 976 520 | nutricion@grupocaps.com - C/ Sequia De Mestalla 2 - 46210 Picanya, Valencia