

02 679 84 20 28

Ensalada de verduras de temporada
 Macarrones ecológicos a la napolitana con queso A9 A1 A10 A14 I7 I11 I6
 Revuelto del chef A7 I7
 Fruta

- Pescado con verduras al papillote. Fruta

03 834 81 44 37

Ensalada con fruta
 Lentejas de la abuela A1 A3 I8 I2 I5 I7 I6 I9
 Alitas de pollo con salsa de soja y miel con puré de patata A1 A14 A9 I11 I6 I7 I5 I8
 Fruta

- Ragut de magro con tomates cherry. Fruta

04 701 84 32 27

Ensalada de verduras de temporada
 Arroz del senyoret A3 A4 A8 A11 I8 I7 I6
 Merluza en salsa A8 I8 I7
 Fruta

- Pavo con col al pimentón. Fruta

05 620 37 24 42

Ensalada de verduras de temporada
 Crema bretona (alubias blancas y puerros) A9 I6 I7 I11 I10
 Longanizas con salsa de tomate A3 A9 I11 I2 I8 I7 I5
 Yogur artesano valenciano A9 I11 I7

- Alcachofas y lubina al horno. Fruta



09 596 69 28 24

Ensalada de verduras de temporada
 Sopa de pescado (con estrellitas) A8 A3 A4 A11 A1 A7 A10 A14 I7 I8 I6
 Solomillo de pollo empanado con maíz salteado A1 A2 A9 A14 I7 I5 I6 I11 I8
 Fruta

- Hamburguesa vegetal. Fruta

10 735 78 28 34

Ensalada con fruta
 Potaje de garbanzos con verduras A3 I6
 Tortilla de patatas con queso A9 A7 I11 I7
 Fruta

- Wok de ternera con verduras thai. Fruta

11 703 81 31 27

Ensalada de verduras de temporada
 Espaguetis a la carbonara A14 A1 A7 A9 A10 I7 I5 I8 I11 I2 I6
 Ventresca de merluza con guisantes salteados A8 I8 I7 I6
 Fruta

- Dados de tofu con verduras. Fruta

12 700 49 26 42

Ensalada de verduras de temporada
 Crema vikinga de calabaza y coliflor
 Kottbullar (Albóndigas suecas a la crema con cous cous) A1 A3 A9 A10 A14 I11 I2 I6 I5 I8 I7
 Bizcocho de manzana y canela A9 A1 A7 A10 A14 I7 I6 I11

- Tortilla y berenjena con burrata. Fruta

13 782 97 14 36

Ensalada con fruta
 Arroz al horno (1º) A3 A9 A13 I2 I8 I6 I7 I5 I11
 Croquetas de pollo de la abuela A1 A4 A7 A8 A9 A11 A14 I7 I8 I6 I5 I11 I2
 Fruta

- Verduras y salmón al papillote. Fruta

16 558 48 25 29

Ensalada con queso A9 I7 I11
 Crema de puerros y pera A3
 Magro de cerdo en salsa jardinera (tomate, cebolla, guisantes, zanahoria) I8 I5 I7 I6 I2
 Fruta

- Huevos rotos con salmón. Fruta

17 652 76 42 21

Ensalada de verduras de temporada
 Lentejas ecológicas con verduras A3 A1 I6 I9
 Rape en salsa A8 I7 I8
 Fruta

- Pollo al curry con cous cous. Fruta

18 588 72 21 22

Ensalada de verduras de temporada
 Macarrones integrales con tomate y atún A8 A1 A7 A10 A14 I7 I8 I6
 Tortilla de berenjena y queso A9 A7 I7 I11
 Fruta

- Merluza con patatas y espárragos. Fruta

19 678 101 26 16

Ensalada con fruta
 Alubias blancas guisadas con verduras A3 I10 I6
 Panini casero de jamón york y queso A1 A9 A14 I5 I7 I11 I2 I8 I6
 Fruta

- Wok de ternera con verduras thai. Fruta

20 928 101 19 49

Snacks de Navidad
 Arroz a la cubana A7 I7
 Nuggets de pollo A1 A14 A10 I5 I6 I8 I7
 Bolitas navideñas de chocolate A1 A7 A9 A13 A14 I7 I11 I6

- Bacalao gratinado con ensalada. Fruta

23 0 0 0 0



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

Felices Fiestas

02 679 84 20 28

Amanida de verdures de temporada

Macarrons ecològics a la napolitana amb formatge **A9 A1 A10 A14 I7 I11 I6**

Regirat del xef **A7 I7**

Fruita

- Peix amb verdures al "papillot". Fruita

03 834 81 44 37

Amanida amb fruita

Llenties de l'àvia **A1 A3 I8 I2 I5 I7 I6 I9**

Aletes de pollastre amb salsa de soja i mel amb puré de creïlla **A1 A14 A9 I11 I6 I7 I5 I8**

Fruita

- Magre amb tomaques cherry. Fruita

04 701 84 32 27

Amanida de verdures de temporada

Arròs del senyoret **A3 A4 A8 A11 I8 I7 I6**

Lluç en salsa **A8 I8 I7**

Fruita

- Pavo amb col al pebre roig. Fruita

05 620 37 24 42

Amanida de verdures de temporada

Crema bretona (fesols blancs i porros) **A9 I6 I7 I11 I10**

Llonganisses amb salsa de tomata **A3 A9 I11 I2 I8 I7 I5**

Iogurt artesà valencià **A9 I11 I7**

- Carxofes i llobarro al forn. Fruita



09 596 69 28 24

Amanida de verdures de temporada

Sopa de peix (amb estretetes) **A8 A3 A4 A11 A1 A7 A10 A14 I7 I8 I6**

Filet de pollastre empanat amb blat de moro saltat **A1 A2 A9 A14 I7 I5 I6 I11 I8**

Fruita

- Hamburguesa vegetal. Fruita

10 735 78 28 34

Amanida amb fruita

Potatge de cigrons amb verdures **A3 I6**

Truita de creïlla amb formatge **A9 A7 I11 I7**

Fruita

- Wok de vedella amb verdures thai. Fruita

11 703 81 31 27

Amanida de verdures de temporada

Espaguetis a la carbonara **A14 A1 A7 A9 A10 I7 I5 I8 I11 I2 I6**

Ventresca de lluç amb pèsols saltats **A8 I8 I7 I6**

Fruita

- Daus de tofu amb verdures. Fruita

12 700 49 26 42

Amanida de verdures de temporada

Crema vikinga de carabassa i coliflor

Kottbullar (mandonguilles sueques a la crema amb cous cous) **A1 A3 A9 A10 A14 I11 I2 I6 I5 I8 I7**

Coca de poma i canyella **A9 A1 A7 A10 A14 I7 I6 I11**

- Truita i alberginia amb burrata. Fruita

13 782 97 14 36

Amanida amb fruita

Arròs al forn (1º) **A3 A9 A13 I2 I8 I6 I7 I5 I11**

Croquetes de pollastres de la iaia **A1 A4 A7 A8 A9 A11 A14 I7 I8 I6 I5 I11 I2**

Fruita

- Verdures i salmó al papillot. Fruita

16 558 48 25 29

Amanida amb formatge **A9 I7 I11**

Crema de porros i pera **A3**

Magre de porc en salsa (tomaca, ceba, pesols, carlota) **I8 I5 I7 I6 I2**

Fruita

- Ous trencats amb salmó. Fruita

17 652 76 42 21

Amanida de verdures de temporada

Llenties ecològiques amb verdures **A3 A1 I6 I9**

Rap en salsa **A8 I7 I8**

Fruita

- Pollastre al curri amb cous cous. Fruita

18 588 72 21 22

Amanida de verdures de temporada

Macarrons integrals amb tomàquet i tonyina **A8 A1 A7 A10 A14 I7 I8 I6**

Truita d'albergina i formatge **A9 A7 I7 I11**

Fruita

- Lluç amb creïlles i espàrrecs. Fruita

19 678 101 26 16

Amanida amb fruita

Guisat de fesols amb verdures **A3 I10 I6**

Panini casolà de pernil dolç i formatge **A1 A9 A14 I5 I7 I11 I2 I8 I6**

Fruita

- Wok de vedella amb verdures thai. Fruita

20 928 101 19 49

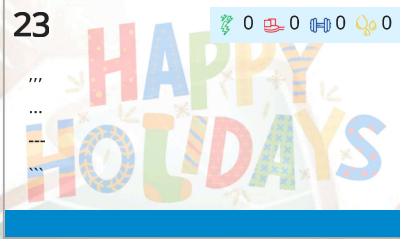
Snacks de Nadal

Arròs a la cubana **A7 I7**

Nuggets de pollastre **A1 A14 A10 I5 I6 I8 I7**

Boletes nadalenques de xocolata **A1 A7 A9 A13 A14 I7 I11 I6**

- Bacallà gratinat amb amanida. 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

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

Felices Fiestas