



07	676 94 20 24
Ensalada de verduras de temporada	
Caracolas a la napolitana con queso	A9 A1 A7 A10 A14 I11 I7 I6
Filete de bacalao empanado	A1 A4 A7 A8 A9 A11 I11 I7 I8
Fruta	
- Gratén de coliflor (pollo y bacon). Fruta	

08	633 72 22 27
Ensalada con fruta	
Olleta alicantina	A3 A1 I9 I6 I10
Tortilla de patatas con pisto	A7 I7
Fruta	
- Menestra con ajitos y lomo. Fruta	

09	632 65 28 30
Ensalada de verduras de temporada	
Crema de verduras de invierno	
Dados de pavo al curry con noddles (fideos de arroz)	A9 I11 I7 I5 I8
Yogur artesano valenciano	A9 I11 I7
- Dorada a la plancha con pimientos. Fruta	

10	688 87 20 28
Ensalada con fruta	
Paella de otoño con verduras y champiñones	
Huevo relleno (yemas, tomate frito y atún)	A7 A8 I8 I7
Fruta	
- Salmón a la plancha con guisantes. Fruta	

13	716 76 27 33
Ensalada de verduras de temporada	
Lentejas a la jardinera	A1 A3 I9 I6
Albóndigas vegetales en salsa	A3 A14 I6
Fruta	
- Acelgas con huevo y nueces. Fruta	

14	686 75 29 29
Ensalada con fruta	
Macarrones integrales con salsa de calabaza gratinados	A9 A1 A7 A10 A14 I7 I11 I6
Merluza al horno con base de tomate frito casero y cebollita pochada	A8 I7 I8
Fruta	
- Pavo con col al pimentón. Fruta	

15	667 62 28 32
Hummus con tiras de pan con aceite y pimentón	
Guisado de patata, verdura y ternera	A3 I5 I7 I8 I11 I6
Tortilla francesa con milhojas de tomate y queso fresco	A7 A9 I11 I7
Fruta	
- Coliflor especiada con atún. Fruta	

16	625 67 25 28
Ensalada de verduras de temporada	
Sopa juliana con fideos	A6 A1 A7 A10 A14 I6
Pollo asado a la miel con patatas	I5 I7 I8
Fruta	
- Crema de zanahoria y tortilla. Fruta	

17	829 92 26 39
Ensalada con fruta	
Arroz a la cubana con huevo duro	A7 I7
Salmón con manzana laminada	A8 I7 I8
Fruta	
- Ragut de magro con cherry. Fruta	

20	657 76 27 27
Ensalada de verduras de temporada	
Tallarines	A3 A4 A8 A11 A1 A7
Frutti di Mare	A10 A14 I6 I7 I8
Tortilla francesa con rollito de pavo	A7 I7 I8 I5
Fruta	
- Patatas rellenas gratinadas. Fruta	

21	731 71 18 41
Ensalada con fruta	
Crema de calabacín y zanahoria ECO	
Cordon Bleu con patatas	A9 A1 A14 A6 I7 I5 I8 I6 I11
Fruta	
- Tortilla y berenjena con burrata. Fruta	

22	716 70 44 28
Ensalada con fruta	
Lentejas de la abuela	A1 A3 I8 I2 I5 I7 I6 I9
Gallineta en salsa mery (ajo y perejil) con champiñones	A3 A8 I8 I7
Fruta	
- Wok de ternera con verduras thai. Fruta	

23	972 84 35 56
Baba Ganoush con nachos	
Koshari	A1 A7 A10 A14 I6 I9
Fateh de pollo (en salsa)	A9 I5 I11 I8 I7
Natillas	A9 I11 I7
- Pescado con chips de verduras. Fruta	

24	656 73 18 32
Montadito de queso de untar	
Ensalada completa con atún	A8 I8 I7
Canelones de carne con bechamel	A1 A9 A14 A10 A4 A7 A8 A11 I6 I2 I8 I5 I11 I7
Fruta	
- Bacalao gratinado con ensalada. Fruta	

27	675 76 27 29
Ensalada de verduras de temporada	
Arroz con sepietas y coliflor	A4 A3 A8 A11 I7 I8
Revuelto de bacon	A7 A9 A14 I7 I11 I2 I6 I8 I5
Fruta	
- Pavo asado con piña. Fruta	

28	603 46 30 32
Ensalada con fruta	
Sopa de fideos con garbanzos	A3 A1 A7 A10 A14 I7 I5 I8 I6
Merluza en salsa de tomate con judías verdes	A8 I6 I7 I8
Fruta	
- Tortilla de alcachofas con tosta. Fruta	

29	581 68 15 27
Ensalada de verduras de temporada	
Crema de calabaza con picatostes caseros	A1
Lomo adobado con mazorca de maíz	I2 I5 I7 I8
Fruta	
- Wok de verduras con soja text. Fruta	

30	659 94 25 17
Ensalada con manzana	
Alubias blancas guisadas con verduras	A3 I10 I6
Pizza de york y queso	A1 A9 A14 A10 I8 I5 I7 I2 I11 I6
Fruta	
- Pescado con verduras al papillote. Fruta	

31	687 86 37 19
Ensalada con fruta	
Espaguetis ecológicos con boloñesa vegetal (soja text.)	A1 A14 A12 A13 I6
Tortilla de atún	A7 A8 I8 I7
Fruta	
- Alas de pollo con boniato. Fruta	

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 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



07	676 94 20 24
Amanida de verdures de temporada	
Caracoles a la napolitana amb formatge	A9 A1 A7 A10 A14 I11 I7 I6
Filet de bacallà arrebossat	A1 A4 A7 A8 A9 A11 I11 I7 I8
Fruita	
- Gratén de coliflor (pollastre i bacon). Fruita	

08	633 72 22 27
Amanida amb fruita	
Olleta alicantina	A3 A1 I9 I6 I10
Truita de creïlla amb samfaina	A7 I7
Fruita	
Menestra amb ajitos i llomello. Fruita	

09	632 65 28 30
Amanida de verdures de temporada	
Crema de verdures d'hibern	
Daus de polit amb salsa de curri amb noddles (fideos d'arros)	A9 I11 I7 I5 I8
Iogurt artesà valencià	A9 I11 I7
- Daurada a la planxa amb pimentons. Fruita	

10	688 87 20 28
Amanida amb fruita	
Paella de tardor amb verdures i xampinyons	
Ou farcit (rovells, tomaca fregida i tonyina)	A7 A8 I8 I7
Fruita	
Salmó a la planxa amb pèsols. Fruita	

13	716 76 27 33
Amanida de verdures de temporada	
Llenties a la jardineria	A1 A3 I9 I6
Mandonguilles vegetals en salsa	A3 A14 I6
Fruita	
- Bledes amb ou i nous. Fruita	

14	686 75 29 29
Amanida amb fruita	
Macarrons integrals amb salsa de carbassa gratinats	A9 A1 A7 A10 A14 I7 I11 I6
Lluç al forn amb base de tomaca fregida casolana i ceba potxada	A8 I7 I8
Fruita	
- Pavo amb col al pebre roig. Fruita	

15	667 62 28 32
Hummus amb tires de pa amb oli i pimentó dolç	
Guisat de creïlles, verdura i vedella	A3 I5 I7 I8 I11 I6
Truita francesa amb milfulls de tomaca i formatge fresc	A7 A9 I11 I7
Fruita	
- Coliflor especiats amb tonyina. Fruita	

16	625 67 25 28
Amanida de verdures de temporada	
Sopa juliana amb fideus	A6 A1 A7 A10 A14 I6
Pollastre rostit a la mel amb creïlles	I5 I7 I8
Fruita	
- Crema de carlota i truita. Fruita	

17	829 92 26 39
Amanida amb fruita	
Arròs a la cubana amb ou dur	A7 I7
Salmó amb poma laminada	A8 I7 I8
Fruita	
- Magre amb cherry. Fruita	

20	657 76 27 27
Amanida de verdures de temporada	
Tallarins	A3 A4 A8 A11 A1 A7
Frutti di Mare	A10 A14 I6 I7 I8
Truita francesa amb rotlet de titot	A7 I7 I8 I5
Fruita	
- Creïlles farcides gratinades. Fruita	

21	731 71 18 41
Amanida amb fruita	
Crema de carbasseta i carlota ECO	
"Cordon Bleu" amb creïlles	A9 A1 A14 A6 I7 I5 I8 I6 I11
Fruita	
- Truita i alberginia amb burrata. Fruita	

22	716 70 44 28
Amanida amb fruita	
Llenties de l'àvia	A1 A3 I8 I2 I5 I7 I6 I9
Gallineta amb salsa mery amb xampinyons	A3 A8 I8 I7
Fruita	
- Wok de vedella amb verdures thai. Fruita	

23	972 84 35 56
Baba Ganoush amb natxos	
Koshari	A1 A7 A10 A14 I6 I9
Fateh de pollastre (en salsa)	A9 I5 I11 I8 I7
Natilla	A9 I11 I7
- Peix al forn amb xips de verdures. Fruita	

24	656 73 18 32
Muntadet de formatge d'untar	
Amanida completa amb tonyina	A1 A9 I7 I11 A8 I8 I7
Canelons de carn amb beixamel	A1 A9 A14 A10 A4 A7 A8 A11 I6 I2 I8 I5 I11 I7
Fruita	
- Bacallà gratinat amb amanida. Fruita	

27	675 76 27 29
Amanida de verdures de temporada	
Arròs amb sepies i coliflor	A4 A3 A8 A11 I7 I8
Regirat de bacon	A7 A9 A14 I7 I11 I2 I6 I8 I5
Fruita	
- Gall d'indi amb pinya. Fruita	

28	603 46 30 32
Amanida amb fruita	
Sopa de fideus amb cigrons	A3 A1 A7 A10 A14 I7 I5 I8 I6
Lluç amb salsa de tomaca i mongetes verdes	A8 I6 I7 I8
Fruita	
- Truita de carxofes amb torrada. Fruita	

29	581 68 15 27
Amanida de verdures de temporada	
Crema de carbassa amb crostons casolans	A1
Llom adobat amb panolla de dacsa	I2 I5 I7 I8
Fruita	
- Wok de verdures amb soja text. Fruita	

30	659 94 25 17
Amanida amb poma	
Guisat de fesols amb verdures	A3 I10 I6
Pizza de york i formatge	A1 A9 A14 A10 I8 I5 I7 I2 I11 I6
Fruita	
- Peix amb verdures al "papillot". Fruita	

31	687 86 37 19
Amanida amb fruita	
Espaguetis ecològics amb bolonyesa vegetal (soja text.)	A1 A14 A12 A13 I6
Truita de tonyina	A7 A8 I8 I7
Fruita	
- Ales de pollastre amb moniato. Fruita	

La recomanació de sopar són els plats detallats en la franja blava inferior. El menú diari va acompanyat d'una ració de pa, oferint-se pa integral mínim dues vegades per setmana.

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