

01 794 81 26 40

Macarrones integrales a la napolitana con queso A1 A7 A9 A10 A14 I11 I7 I6
Lomo de cerdo (cinta) en salsa I7 I2 I5 I8
Guarnición: ensalada ecológica
Fruta de temporada

- Hervido valenciano con huevo poché. Fruta

02 823 94 32 36

Lentejas ecológicas de la abuela A3 A1 I2 I5 I7 I8 I9 I6
Rabas enharinadas caseras A1 A4 A7 A8 A9 A11 I11 I7 I8
Guarnición: judías verdes salteadas I6
Fruta de temporada ecológica

- Crema de puerros con panceta crispy. Fruta

03 561 55 30 25

Crema de calabaza ECO
Pollo al chilindrón (con salsa casera de pimiento, tomate y cebolla) I7 I8 I5
Guarnición: patatas panaderas (al horno)
Cuajada A9 I11 I7

- Salmón con verduras. Fruta

04 670 88 29 19

Alubias blancas guisadas con verduras A3 I10 I6
Pizza de york y queso A1 A9 A14 A10 I5 I7 I2 I6 I8 I11
Guarnición: ensalada de temporada
Fruta de temporada

- Tortilla y berenjena con burrata. Fruta

05 721 93 25 26

Paella valenciana con alcachofas I5 I7 I8 I6 I10
Revuelto del chef con tofu A7 A14 I7 I6
Guarnición: ensalada de temporada
Fruta de temporada

- Cous cous vegetal. Fruta



09 651 67 28 29

Potaje de garbanzos con verduras A3 I6
Tortilla de atún A7 A8 I8 I7
Guarnición: ensalada de temporada
Fruta de temporada

- Sopa de fideos y alitas de pollo. Fruta

10 545 35 28 31

Guisado de patata, verdura y ternera A3 I5 I7 I8 I11 I6
Merluza en salsa de tomate y cebolla A8 A4 A11 I7 I8
Guarnición: guisantes salteados I6
Yogur natural A9 I11 I7

- Crema de zanahoria y tortilla. Fruta

11 696 86 22 28

Arroz con costra (con embutido alicantino) A3 A9 A7 A14 A13 I11 I2 I5 I7 I8 I6
Hummus de garbanzos con nachos A3 I6
Guarnición: ensalada de temporada
Fruta de temporada

- Coliflor especiada con atún. Fruta

12 657 75 28 27

Sopa de pescado con estrellitas A8 A3 A4 A11 A7 A10 A14 I7 I8 I6
Pollo crujiente horneado A1 A14 I6 I8 I7 I5
Guarnición: cascos de patata asada
Fruta de temporada ecológica

- Sandwich de queso, salmón y manzana. Fruta

15 722 90 37 24

Lentejas con verduras ECO A3 A1 I6 I9
Salmón al horno al eneldo, miel y naranja A8 I8 I7
Guarnición: ensalada de temporada
Fruta de temporada

- Wok de pollo con verduras. Fruta

16 630 61 28 30

Arroz a banda (arroz integral) A1 A3 A4 A7 A8 A9 A11 A13 A14 I7 I8 I11 I6
Huevo duro A7 I7
Guarnición: pisto casero
Yogur natural A9 I11 I7

- Lomo con parrillada de verduras. Fruta

17 578 73 17 24

Crema de verduras de temporada
Fajitas con boloñesa vegetal (soja texturizada) A14 A12 A13 A1 A5 I6
Guarnición: ensalada de temporada
Fruta de temporada
- Hervido valenciano con huevo poché. Fruta

18 687 66 38 25

Alubias blancas guisadas con verduras A3 I10 I6
Contramuslo de pollo asado a la manzana I5 I8 I7
Guarnición: champiñones salteados
Fruta de temporada

- Bacalao gratinado con ensalada. Fruta

19 694 74 27 27

Espaguetis integrales a la carbonara de york y nata A9 A1 A7 A10 A14 I2 I5 I11 I6 I8 I7
Tortilla francesa A7 I7
Guarnición: guisantes salteados I6
Fruta de temporada

- Berenjena rellena. Fruta

22 893 77 40 45

Sopa de Navidad (con pasta maravilla) A1 A10 A14 A7 I8 I5 I7 I2 I6
Hamburguesa completa (pan, burger mixta, lechuga, tomate y queso) A9 A1 A7 A10 A12 A14 A3 I8 I7 I5 I2 I11 I6
Guarnición: patatas fritas
Bolitas navideñas A1 A7 A9 A10 A13 A14 I6 I11 I7

- Merluza con patatas y espárragos. 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 ovolactovegetariano I7 - No apto vegano

Grupo CAPS - B97320378 - 963 976 520 | nutricion@grupocaps.com - C/ Séquia De Benàger, 25 - 46210 Picanya, Valencia

01 794 81 26 40

Macarrons integrals a la napolitana amb formatge A1 A7 A9 A10 A14 I11 I7 I6
Llom de porc amb salsa I7 I2 I5 I8
Guarnició: amanida ecològica
Fruita de temporada

- Bullit valencià amb ou poché. Fruita

02 823 94 32 36

Llenties ecològiques de la iaia A3 A1 I2 I5 I7 I8 I9 I6
Rabas enfarinades casolanes A1 A4 A7 A8 A9 A11 I11 I7 I8
Guarnició: Mongetes verdes saltejades I6
Fruita de temporada ecològica

- Crema de porros amb cansalada cruixent. Fruita

03 561 55 30 25

Crema de carabassa ECO
Pollastre al xilindró (amb salsa casolana de pebrot, tomaca i ceba) I7 I8 I5
Guarnició: creïlles forneres (al forn)
Quallada A9 I11 I7

- Salmó amb verdures. Fruita

04 670 88 29 19

Guisat de fesols amb verdures A3 I10 I6
Pizza de york i formatge A1 A9 A14 A10 I5 I7 I2 I6 I8 I11
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada

- Truita i albergínia amb burrata. Fruita

05 721 93 25 26

Paella valenciana amb carxofes I5 I7 I8 I6 I10
Regirat del xef amb tofu A7 A14 I7 I6
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada

- Cous cous vegetal. Fruita



09 651 67 28 29

Potatge de cigrons amb verdures A3 I6
Truita de tonyina A7 A8 I8 I7
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada

- Sopa de fideus i ales de pollastre. Fruita

10 545 35 28 31

Guisat de creïlles, verdura i vedella A3 I5 I7 I8 I11 I6
Lluç amb salsa de ceba i tomaca A8 A4 A11 I7 I8
Guarnició: pésols saltats I6
Iogurt natural A9 I11 I7

- Crema de carlota i truita. Fruita

11 696 86 22 28

Arròs amb costra (amb embotit alacantí) A3 A9 A7 A14 A13 I11 I2 I5 I7 I8 I6
Hummus de cigrons amb natxos A3 I6
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada

- Coliflor especiats amb tonyina. Fruita

12 657 75 28 27

Sopa de peix amb estreletes A8 A3 A4 A11 A1 A7 A10 A14 I7 I8 I6
Pollastre cruixent al forn A1 A14 I6 I8 I7 I5
Guarnició: cascs de creïlla rostida
Fruita de temporada ecològica
- Sandvitx de formatge, salmó i poma. Fruita

15 722 90 37 24

Llenties amb verdures ECO A3 A1 I6 I9
Salmó al forn a l'anet, mel i taronja A8 I8 I7
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada

- Wok de pollastre amb verdures. Fruita

16 630 61 28 30

Arròs a banda (arròs integral) A1 A3 A4 A7 A8 A9 A11 A13 A14 I7 I8 I11 I6
Ou dur A7 I7
Guarnició: samfaina cassolana
Iogurt natural A9 I11 I7

- Llom amb graellada de verdures. Fruita

17 578 73 17 24

Crema de verdures de temporada
Fajites amb bolonyesa vegetal (soja texturitzada) A14 A12 A13 A1 A5 I6
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada

- Bullit valencià amb ou poché. Fruita

18 687 66 38 25

Guisat de fesols amb verdures A3 I10 I6
Cua de pollastre al forn amb poma I5 I8 I7
Guarnició: xampinyons saltejats
Fruita de temporada

- Bacallà gratinat amb amanida. Fruita

19 694 74 27 27

Espaguetis integrals a la carbonara amb york i nata A9 A1 A7 A10 A14 I2 I5 I11 I6 I8 I7
Truita francesa A7 I7
Guarnició: pésols saltats I6
Fruita de temporada

- Albergínia farcida. Fruita

22 893 77 40 45

Sopa de Nadal (amb pasta meravel·la) A1 A10 A14 A7 I8 I5 I7 I2 I6
Hamburguesa completa (pa, burger mixta, enciam, tomàquet i formatge) A9 A1 A7 A10 A12 A14 A3 I8 I7 I5 I2 I11 I6
Guarnició: creïlles fregides
Boletes nadalenques A1 A7 A9 A10 A13 A14 I6 I11 I7

- Lluç amb creïlles i espàrrecs. Fruita



A1 - Gluten A2 - Tramús A3 - Diòxid de sofre i sulfits A4 - Mol·lisc 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 ovolactovegetariano I7 - No apto vegano
Grupo CAPS - B97320378 - 963 976 520 | nutricion@grupocaps.com - C/ Sèquia De Benàger, 25 - 46210 Picanya, Valencia