

01 676 62 29 34

Crema de verduras de temporada con picatostes caseros integrales A1
 Magro a la vizcaína A1 I5 I2 I7 I8
 Guarnición: patatas fritas
 Fruta de temporada

- Salmón a la plancha con guisantes. Fruta



14 638 81 23 23

Espirales integrales con tomate y atún A8 A1 A7 A10 A14 I6 I7 I8
 Lágrimas de pollo empanadas caseras A1 A10 A14
 Guarnición: tomate, maíz y aceitunas
 Fruta de temporada

Crema de verduras de temporada con picatostes

15 788 94 39 27

Arroz tres delicias casero (guisantes, york, zanahoria) I8 I6 I7 I2 I5
 Merluza en salsa verde (aceite de oliva, harina, ajo y perejil) A1 A8 I8 I7
 Guarnición: ensalada de temporada

"Alpro" soja natural A14 A13 A1

Ensalada completa con aguacate

16 580 52 27 28

Guisado de patatas con verduras de temporada A3 I6
 Wok de pavo con noddles I5 I7 I8
 Guarnición: ensalada de temporada

"Alpro" soja natural A14 A13 A1

- Tortilla francesa y brócoli hervido. Fruta

17 662 66 31 31

Lentejas con verduras A1 A3
 Tortilla de tofu A7 A14 I6 I7
 Guarnición: ensalada de temporada
 Fruta de temporada

- Merluza con pisto y cous cous. Fruta

20 519 45 18 30

Crema de verduras de primavera
 Calamares en salsa de tomate A3 A8 A11 A4 I7 I8
 Guarnición: judías verdes salteadas I6 I10
 Fruta de temporada

- Hamburguesa vegetal. Fruta

21 596 53 30 27

Consomé con fideos integrales A1 A10 A14 I6 I7 I5 I2 I8
 Contramuslo de pollo asado a la manzana I5 I8 I7
 Guarnición: ensalada de temporada
 Fruta de temporada ecológica

- Salmón con calabacín. Fruta

22 598 61 29 23

Alubias blancas guisadas con verduras A3 I10 I6
 Tortilla de atún A7 A8 I8 I7
 Guarnición: ensalada de temporada
 Fruta de temporada

- Alas de pollo con boniato. Fruta

23 784 49 38 49

Sopa castellana (con taquitos de jamón serrano y fideos) A14 A7 A1 A10
 Lomo en salsa leonesa (cebolla y champiñones) I2 I5 I8 I7
 Guarnición: patatas panaderas (al horno)

"Alpro" soja natural A14 A13 A1

- Pescado con verduras al papillote. Fruta

24 876 126 31 26

Arroz a la cubana con huevo duro A7 I7
 Panini casero de soja con salsa barbacoa A1 A13 A14 A5
 Guarnición: ensalada de temporada
 Fruta de temporada

Brocheta de verduras (V)

27 665 76 34 26

Lentejas con verduras ECO A3 A1 I6 I9
 Huevos al horno con tomate A7
 Guarnición: ensalada de temporada
 Fruta de temporada

- Tiras de pollo con pisto. Fruta

28 727 92 27 26

Espaguetis integrales con salsa de verduras A1 A7 A10 A14 I6
 Boquerones enharinados caseros A1 A8 A10 A14 A4 A11 I6 I7 I8
 Guarnición: ensalada de temporada
 Fruta de temporada ecológica

- Quiche de verduras. Fruta

29 665 50 20 43

Hervido valenciano (patata, zanahoria, cebolla y judía verde) I6 I10
 Albóndigas de pollo en salsa A3
 Guarnición: guisantes salteados I6

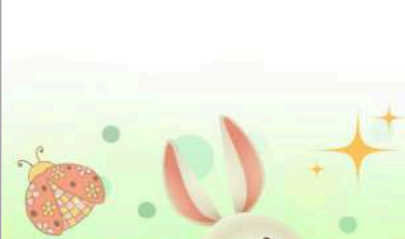
"Alpro" soja natural A14 A13 A1

- Tortilla de alcachofas con tosta. Fruta

30 691 97 13 27

Paella de pollo
 Hummus de alubias y remolacha con nachos A3 I6 I10
 Guarnición: ensalada de temporada
 Fruta de temporada

Salmón con manzana laminada



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 2 veces a la 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 - 963 976 520 | nutricion@grupocaps.com - C/ Séquia De Benàger, 25 - 46210 Picanya, Valencia

01 676 62 29 34

Crema de verdures de temporada amb crostons cassolans integrals **A1**

Magre a la biscaïna **A1 I5 I2 I7 I8**

Guarnició: creïlles fregides

Fruita de temporada

Salmó a la planxa amb pèsols. Fruita



14 638 81 23 23

Espirals integrals amb tomacai tonyina **A8 A1 A7 A10 A14 I6 I7 I8**

Llàgrimes de nollastre empanades casolanes **A1 A10 A14**

Guarnició: tomàquet, blat de moro i olives

Fruita de temporada

Crema de verdures de temporada amb crostons

15 788 94 39 27

Arròs tres delícies casolà (pèsols, york, carlota) **I8 I6 I7 I2 I5**

Lluç en salsa verda (oli d'oliva, farina, all i julivert) **A1 A8 I8 I7**

Guarnició: amanida de temporada

"Alpro" soja natural **A14 A13 A1**

Amanida completa amb avocat

16 580 52 27 28

Guisat de patates amb verdures de temporada **A3 I6**

Wok de titot amb noddles **I5 I7 I8**

Guarnició: amanida de temporada

"Alpro" soja natural **A14 A13 A1**

- Tritada francesa i bròquil bullit. Fruita

17 662 66 31 31

Llenties amb verdures **A1 A3**

Trita de tofu **A7 A14 I6 I7**

Guarnició: amanida de temporada

Fruita de temporada

- Lluç amb samfaina i cuscús. Fruita

20 519 45 18 30

Crema de verdures de primavera

Calamars en salsa de tomaca **A3 A8 A11 A4 I7 I8**

Guarnició: Mongetes verdes saltejades **I6 I10**

Fruita de temporada

- Hamburguesa vegetal. Fruita

21 596 53 30 27

Consomé amb fideus integrals **A1 A10 A14 I6 I7 I5 I2 I8**

Cua de pollastre al forn amb poma **I5 I8 I7**

Guarnició: amanida de temporada

Fruita de temporada ecològica

- Salmó amb carabasseta. Fruita

22 598 61 29 23

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

Trita de tonyina **A7 A8 I8 I7**

Guarnició: amanida de temporada

Fruita de temporada

- Ales de pollastre amb moniato. Fruita

23 784 49 38 49

Sopa castellana amb fideus **A14 A7 A1 A10**

Llom amb salsa amb lleonesa **I2 I5 I8 I7**

Guarnició: creïlles forneres (al forn)

"Alpro" soja natural **A14 A13 A1**

- Peix amb verdures al "papillot". Fruita

24 876 126 31 26

Arròs a la cubana amb ou dur **A7 I7**

Panini casolà de barbacoa de soja texturitzada **A1 A13 A14 A5**

Guarnició: amanida de temporada

Fruita de temporada

Broqueta de verdures (V)

27 665 76 34 26

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

Ous al forn amb tomata **A7**

Guarnició: amanida de temporada

Fruita de temporada

- Tires de pollastre amb samfaina. Fruita

28 727 92 27 46

Espaguetis integrals amb salsa de verdures **A1 A7 A10 A14 I6**

Aladroc enfarinats casolans **A1 A8 A10 A14 A4 A11 I6 I7 I8**

Guarnició: amanida de temporada

Fruita de temporada ecològica

- Quiche de verdures. Fruita

29 665 50 20 43

Bollit valencià (creïlla, carlota, ceba i batxoqueta) **I6 I10**

Mandonguilles de pollastre en salsa **A3**

Guarnició: pèsols saltats **I6**

"Alpro" soja natural **A14 A13 A1**

- Tritada de carxofes amb torrada. Fruita

30 691 97 13 27

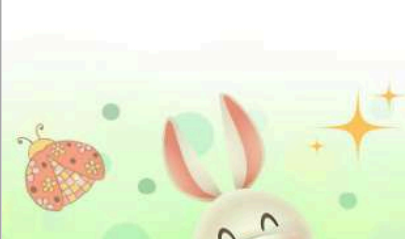
Paella de pollastre

Hummus de mongeta i remolatxa amb nachos **A3 I6 I10**

Guarnició: amanida de temporada

Fruita de temporada

Salmó amb poma laminada



La recomanació del 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 2 vegades a la setmana.

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/ Séquia De Benàger, 25 - 46210 Picanya, Valencia