

Menú sin lacteo - octubre

Grupo CAPS



CEI Pulgarcito

<p>01 </p> <p>Ensalada de verduras de temporada Lentejas con calabaza y arroz A1 I6 I9 Tortilla francesa A7 I7 Fruta - Jamón con calabacín a la plancha y tosta. Fruta</p>	<p>02 </p> <p>Ensalada de verduras de temporada Crema de cebolla y zanahoria ECO y patata Bacalao con pisto A8 I7 I8 Fruta - Alas de pollo con bastones de boniato. Fruta</p>	<p>03 </p> <p>Ensalada de verduras de temporada Alubias blancas estofadas A3 I6 Rollito de pavo Fruta - Crema de zanahoria y tortilla. Fruta</p>	<p>04 </p> <p>Ensalada especial completa Arroz caldoso con pollo y verduras I8 I5 I7 Yogur de soja A1 A13 A14 Lasaña boloñesa vegetal (soja texturizada)</p>
<p>07 </p> <p>Ensalada de verduras de temporada Guisado de patatas con verduras de temporada A3 I6 Tortilla francesa A7 Fruta Albóndigas de pollo en salsa</p>	<p>08 </p> <p>Ensalada de verduras de temporada Crema de verduras y legumbres A3 A1 I6 I9 I10 Pollo en salsa I8 I5 I7 Fruta - Abadejo al horno con espárragos verdes. Fruta</p>	<p>10 </p> <p>Ensalada de verduras de temporada Sopa de fideos A1 A7 I8 I5 I7 I2 I11 Merluza enharinada casera A1 A8 A10 A14 I7 I8 Fruta - Champiñones al ajillo y revuelto. Fruta</p>	<p>11 </p> <p>Ensalada completa con huevo A7 I7 Arroz de pescado A8 Fruta - Tosta de aguacate con revuelto de atún. Fruta</p>
<p>14 </p> <p>Ensalada de verduras de temporada Macarrones con boloñesa vegetal (soja text) A14 A1 A7 A12 A13 Rollito de pavo I8 I5 I6 I7 Fruta Pavo con guisantes salteados</p>	<p>15 </p> <p>Ensalada de verduras de temporada Crema de verduras de temporada Contramuslo de pollo con salsa I8 I5 I7 Fruta - Brocheta de salmón con verduras. Fruta</p>	<p>16 </p> <p>Ensalada de verduras de temporada Lentejas con verduras A1 A3 I6 I9 Tortilla francesa A7 I7 Fruta Panini de jamón serrano y tomate</p>	<p>17 </p> <p>Ensalada de verduras de temporada Sopa de ave con estrellitas A1 A7 I8 I5 I7 Bacalao con patatas a lo pobre (ajo, perejil) A8 Fruta - Pavo asado con piña. Fruta</p>
<p>21 </p> <p>Ensalada de verduras de temporada Lazos vegetales A1 A7 Tortilla de patatas A7 I7 Fruta Cascos de Patatas rellenas de carne picada de pollo (sin queso)</p>	<p>22 </p> <p>Ensalada de verduras de temporada Sopa de fideos con garbanzos A3 A1 A7 I7 I5 I8 I6 Merluza en salsa de tomate con judías verdes A4 A8 A11 I7 I6 I8 Fruta - Chuletas de pavo con col al pimentón. Fruta</p>	<p>23 </p> <p>Ensalada de verduras de temporada Crema de calabacín y zanahoria ECO Hamburguesa 100% pollo Fruta - Coliflor especiada con atún. Fruta</p>	<p>24 </p> <p>Ensalada de verduras de temporada Lentejas a la jardinera A1 A3 I9 I6 Pollo al horno con manzana I5 I7 I8 Fruta - Crema de verduras con jamón y picatostes</p>
<p>28 </p> <p>Ensalada de verduras de temporada Hervido valenciano I6 Pollo en salsa I8 I5 I7 Fruta - Rodaja de merluza con pisto y cous cous. Fruta</p>	<p>29 </p> <p>Ensalada de verduras de temporada Potaje de garbanzos con verduras A3 I6 Tortilla francesa A7 I7 Fruta - Ragut de magro con tomates cherry. Fruta</p>	<p>30 </p> <p>Ensalada de verduras de temporada Macarrones ECO con tomate y brócoli A1 Bacalao encebollado A8 I8 I7 Fruta - Tostada de huevo con aguacate. Fruta</p>	<p>31 </p> <p>Ensalada de verduras de temporada Sopa de arroz con remolacha A6 I8 I7 I5 Longanizas 100% pollo A3 I5 I7 I6 I8 Fruta Pizza casera sin lácteos</p>



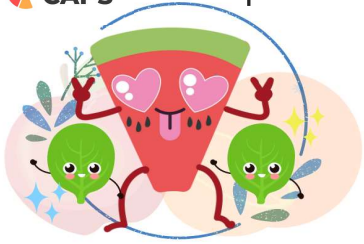
La recomendación de cena son los platos detallados en la franja azul inferior. El menú diario va acompañado de una ración de pan, ofreciéndose pan integral mínimo dos veces por semana.

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



<p>07 565 44 19 34</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Guisat de creïlles amb verdures de temporada A3 I6</p> <p>Truita francesa A7</p> <p>Fruita</p> <p>Mandonguilles de pollastre en salsa</p>	<p>01 645 77 24 26</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Llenties amb carabassa i arròs A1 I6 I9</p> <p>Truita francesa A7 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Pernil amb carabasseta a la planxa i tosta. Fruita</p>	<p>02 521 52 20 26</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Crema de ceba i carlota ECO i creïlla</p> <p>Bacallà amb samfaina A8 I7 I8</p> <p>Fruita</p> <p>- Ales de pollastre amb bastons de moniato. Fruita</p>	<p>03 534 64 24 17</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Fesols blancs estofats A3 I6</p> <p>Rollet de gall dindi</p> <p>Fruita</p> <p>-Crema de carlota i truita. Fruita</p>	<p>04 581 78 19 20</p> <p>Amanida especial completa</p> <p>Arròs caldós amb pollastre i verdures I8 I5 I7</p> <p>logurt de soja A1 A13 A14</p> <p>Lasanya bolonyesa vegetal (soja texturitzada)</p>
<p>14 593 63 26 25</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Macarrons amb bolonuesa vegetal (soja texturitzada) A14 A1 A7 A12 A13</p> <p>Rollet de gall dindi I8 I5 I6 I7</p> <p>Fruita</p> <p>Gall dindi amb pèsols saltats</p>	<p>08 545 43 26 29</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Crema de llegums i verdures A3 A1 I6 I9 I10</p> <p>Pollastre amb salsa I8 I5 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Abadejo al forn amb espàrrecs verds. Fruita</p>		<p>10 585 59 35 22</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Sopa de fideus A1 A7 I8 I5 I7 I2 I11</p> <p>Lluç enfarinat cassolà A1 A8 A10 A14 I7 I8</p> <p>Fruita</p> <p>Xampinyons amb allada i ou regirat. Fruita</p>	<p>11 613 85 18 22</p> <p>Amanida completa amb ou A7 I7</p> <p>Arròs de peix A8</p> <p>Fruita</p> <p>- Torrada d'alvocat amb regirat de tonyina. Fruita</p>
<p>21 757 92 21 32</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Llaços vegetals A1 A7</p> <p>Truita de creïlles A7 I7</p> <p>Fruita</p> <p>Creïlles farcides de carn picada de pollastre (sense formatge)</p>	<p>15 542 51 25 26</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Crema de verdures de temporada</p> <p>Entrecuix de pollastre amb salsa I8 I5 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Broqueta de salmó amb verdures. Fruita</p>	<p>16 587 70 29 21</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Llenties amb verdures A1 A3 I6 I9</p> <p>Truita francesa A7 I7</p> <p>Fruita</p> <p>Panini de pernil serrà i tomàquet</p>	<p>17 567 52 36 23</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Sopa d'au amb estrelletes A1 A7 I8 I5 I7</p> <p>Bacallà amb creïlles "a lo pobre" (all i julivert) A8</p> <p>Fruita</p> <p>- Gall d'indi amb pinya. Fruita</p>	<p>18 603 68 20 25</p> <p>Amanida completa amb ou A7 I7</p> <p>Paella valenciana I8 I5 I7 I6 I10</p> <p>logurt de soja A1 A13 A14</p> <p>-Crema de carlota i truita. Fruita</p>
<p>28 543 48 24 28</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Bullit valencià I6</p> <p>Pollastre amb salsa I8 I5 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Rodanxa de lluç amb samfaina i cuscús. Fruita</p>	<p>22 608 44 28 34</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Sopa de fideus amb cigrons A3 A1 A7 I7 I5 I8 I6</p> <p>Lluç amb salsa de tomaca i mongetes verdes A4 A8 A11 I7 I6 I8</p> <p>Fruita</p> <p>- Xulles de pavo amb col al pebre roig. Fruita</p>	<p>23 542 50 19 30</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Crema de carbasseta i carlota ECO</p> <p>Hamburguesa 100% pollastre</p> <p>Fruita</p> <p>- Coliflor especiats amb tonyina. Fruita</p>	<p>24 674 72 37 26</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Llenties a la jardinera A1 A3 I9 I6</p> <p>Pollastre al forn amb poma I5 I7 I8</p> <p>Fruita</p> <p>- Crema de verdures amb pernil i crostons</p>	<p>25 452 31 25 22</p> <p>Amanida especial completa</p> <p>Marmitako de peix A8 A3 I8 I7</p> <p>logurt de soja A1 A13 A14</p> <p>- Bacallà gratinat amb amanida. Fruita</p>
<p>29 623 67 25 27</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Potatge de cigrons amb verdures A3 I6</p> <p>Truita francesa A7 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Magre amb tomaques cherry. Fruita</p>	<p>30 687 85 26 26</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Macarrons ECO amb tomaca i bròcol A1</p> <p>Bacallà amb salsa de ceba A8 I8 I7</p> <p>Fruita</p> <p>Torrada d'ou amb alvocat. Fruita</p>	<p>31 673 49 40 35</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Sopa d'arròs amb remolatxa A6 I8 I7 I5</p> <p>Llonganisses 100% pollastre A3 I5 I7 I6 I8</p> <p>Fruita</p> <p>Pizza casolana sense lacti</p>		

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 - 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 ovolactovegetariano I7 - No apto vegano

Grupo CAPS - B97320378 - +(34) 963 976 520 | nutricion@grupocaps.com - C/ Sequia De Mestalla 2 - 46210 Picanya, Valencia