

01 604 62 23 28 Macarrones integrales con salsa de verduras gratinados A1 A7 A10 A14 A9 I7 I11 I6 Tortilla de atún A7 A8 I8 I7 Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada - Mini pizzas de berenjenas. Fruta	02 657 51 23 39 Sopa de fideos A1 A7 A10 A14 I8 I5 I7 I2 I11 I6 Hamburguesa con patatas I8 I5 I2 I7 I11 Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada - Hamburguesa vegetal. Fruta	03 555 79 20 17 Arroz a la hortelana Bacalao al horno A8 I8 I7 Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada - Pescado con verduras al papillote. Fruta	04 745 84 37 28 Potaje de garbanzos con verduras A3 I6 Contramuslo de pollo asado a la manzana I5 I8 I7 Guarnición: ensalada de temporada Fruta ECO - Migas de coliflor con huevo. Fruta	05 561 53 29 23 Marmitako de pescado A8 A3 I8 I7 Tosta de hummus de garbanzos A1 A3 Guarnición: ensalada de temporada Yogur A9 I7 I11 - Sopa de fideos y pollo asado. Fruta
08 592 79 26 19 Lentejas a la jardinera A1 A3 I6 I9 Pavo y queso A9 I8 I5 I11 I7 Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada - Crema de zanahoria y tortilla. Fruta	09 728 49 25 45 Sopa de ave con estrellitas A1 A7 A10 A14 I8 I5 I7 I6 Albóndigas jardinera A3 A14 A9 I2 I6 I11 I5 I8 I7 Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada - Pavo asado con piña. Fruta	10 736 52 29 49 Crema de verduras de temporada Merluza con salsa suave de pimiento A9 A8 I11 I7 I8 Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada - Wok de verduras con soja text. Fruta	11 574 67 17 25 Espirales integrales con tomate A1 A7 A10 A14 I6 Tortilla francesa A7 I7 Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada - Bacalao al horno con ensalada. Fruta	12 447 26 28 23 Guisado de patatas, verduras, ternera y huevo cocido A3 A7 Guarnición: ensalada de temporada Yogur A9 I7 I11 - Salmón con verduras. Fruta
15 677 75 19 33 Arroz con tomate Tortilla con queso A7 A9 I7 I11 Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada - Lasaña de calabacín y soja text. Fruta	16 684 82 33 22 Alubias blancas guisadas con verduras A3 I10 I6 Bacalao enharinado casero A8 A1 A10 A14 I7 I8 I6 Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada - Tortilla de espinacas y queso. Fruta	17 627 58 31 33 Sopa de pescado A1 A7 A3 A4 A11 A8 A10 A14 I7 I8 Longanizas con chips de boniato A3 A9 I11 I2 I7 I8 Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada - Lomo con parrillada de verduras. Fruta	18 771 94 40 27 Lentejas con verduras ECO A3 A1 I9 I6 Nuggets de pollo empanados caseros A1 A10 A14 Guarnición: ensalada de temporada Fruta ECO - Dorada a la plancha con pimientos. Fruta	19 510 73 17 14 Arroz caldoso con pollo y verduras I8 I7 I5 Guarnición: ensalada de temporada Yogur A9 I7 I11 - Dados de tofu con verduras. Fruta
22 633 85 16 25 Arroz al horno (1º) A3 A9 A13 A14 I8 I7 I5 I2 I6 I11 Loncha de queso A9 I7 I11 Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada - Abadejo al horno con espárragos. Fruta				

La recomendación de la 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. Betlem Heras CV01276

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

01 604 62 23 28 Macarrons integrals amb salsa de verdures gratinats A1 A7 A10 A14 A9 I7 I11 I6 Truita de tonyina A7 A8 I8 I7 Guarnició: amanida de temporada Fruita de temporada - Mini pizzas d'albergínies. Fruita	02 657 51 23 39 Sopa de fideus A1 A7 A10 A14 I8 I5 I7 I2 I11 I6 Hamburguesa amb creïlles I8 I5 I2 I7 I11 Guarnició: amanida de temporada Fruita de temporada - Hamburguesa vegetal. Fruita	03 555 79 20 17 Arròs a l'hortelana Bacallà al forn A8 I8 I7 Guarnició: amanida de temporada Fruita de temporada - Peix amb verdures al "papillot". Fruita	04 745 84 37 28 Potatge de cigrons amb verdures A3 I6 Cua de pollastre al forn amb poma I5 I8 I7 Guarnició: amanida de temporada Fruita ECO - Molles de coliflor amb ous. Fruita	05 561 53 29 23 Marmitako de peix A8 A3 I8 I7 Tosta d'hummus de cigrons A1 A3 Guarnició: amanida de temporada Iogurt A9 I7 I11 - Sopa de fideus i pollastre rostit. Fruita
08 592 79 26 19 Llenties a la jardineria A1 A3 I6 I9 Gall dindi i formatge A9 I8 I5 I11 I7 Guarnició: amanida de temporada Fruita de temporada - Crema de carlota i truita. Fruita	09 728 49 25 45 Sopa d'au amb estrelletes A1 A7 A10 A14 I8 I5 I7 I6 Mandonguilles jardineria A3 A14 A9 I2 I6 I11 I5 I8 I7 Guarnició: amanida de temporada Fruita de temporada - Gall d'indi amb pinya. Fruita	10 736 52 29 49 Crema de verdures de temporada Lluç amb salsa suau de pimentó A9 A8 I11 I7 I8 Guarnició: amanida de temporada Fruita de temporada - Wok de verdures amb soja text. Fruita	11 574 67 17 25 Espirals integrals amb tomaca A1 A7 A10 A14 I6 Truita francesa A7 I7 Guarnició: amanida de temporada Fruita de temporada - Bacallà al forn amb amanida. Fruita	12 447 26 28 23 Guisat de creïlles, verdures, vedella i ou dur A3 A7 Guarnició: amanida de temporada Iogurt A9 I7 I11 - Salmó amb verdures. Fruita
15 677 75 19 33 Arròs amb tomaca Truita amb formatge A7 A9 I7 I11 Guarnició: amanida de temporada Fruita de temporada - Lasanya de carabasseta i soja texturada. Fruita	16 684 82 33 22 Guisat de fesols amb verdures A3 I10 I6 Abadejo enfarinat cassolà A8 A1 A10 A14 I7 I8 I6 Guarnició: amanida de temporada Fruita de temporada - Truita d'espínacs i formatge. Fruita	17 627 58 31 33 Sopa de peix A1 A7 A3 A4 A11 A8 A10 A14 I7 I8 Llonganisses amb xips de moniato A3 A9 I11 I2 I7 I8 Guarnició: amanida de temporada Fruita de temporada - Llom amb graellada de verdures. Fruita	18 771 94 40 27 Llenties amb verdures ECO A3 A1 I9 I6 Nuggets de pollastre empanats casolans A1 A10 A14 Guarnició: amanida de temporada Fruita ECO - Daurada a la planxa amb pimentons. Fruita	19 510 73 17 14 Arròs caldós amb pollastre i verdures I8 I7 I5 Guarnició: amanida de temporada Iogurt A9 I7 I11 - Daus de tofu amb verdures. Fruita
22 633 85 16 25 Arròs al forn (1º) A3 A9 A13 A14 I8 I7 I5 I2 I6 I11 Tallada de formatge A9 I7 I11 Guarnició: amanida de temporada Fruita de temporada - Abadejo al forn amb espàrrecs. Fruita				

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 ovo-lacto-vegetariano I7 - No apto vegano

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