

¡VUELTA AL COLE!



Menú Sin Cerdo - septiembre



14 616 65 25 27 Potaje de garbanzos con verduras A3 I6 I13 Tortilla francesa A7 I7 Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada - Dorada con chips de boniato. Fruta	15 546 46 24 28 Hervido valenciano ECO I6 Pollo en salsa I8 I5 I7 Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada - Gratén de patatas, verduras y queso	16 530 64 20 20 Espirales integrales con tomate y atún A8 A1 A7 A10 A14 I6 I7 I8 Loncha de queso A9 I7 I11 Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada - Tortilla con guarnición de patata y berenjena	17 450 54 20 14 Alubias con verduras y bacalao A3 A8 I8 I7 I10 I6 Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada - Crema de verdura y tortilla francesa. Fruta	18 418 33 24 19 Sopa de ave con fideos A1 A7 A10 A14 Rollito de pavo Guarnición: ensalada de temporada Yogur natural sin azúcar A9 I11 I7 - Alcachofas y lubina al horno. Fruta
21 531 72 14 20 Arroz con tomate Tortilla francesa A7 I7 Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada - Coliflor especiada con atún. Fruta	22 449 42 21 22 Crema de calabacín, cebolla y patata ECO Hamburguesa de pollo A3 A9 Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada - Tostada de huevo con aguacate. Fruta	23 289 32 8 14 Sopa de pescado con estrellitas A8 A3 A4 A11 A1 A7 A10 A14 I7 I8 I6 Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada - Tortilla con berenjena rebozada	24 460 67 13 15 Macarrones con boloñesa de pollo (Sin lácteos) A1 A7 A10 A14 Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada - Dorada a la plancha con pimientos. Fruta	25 547 61 31 19 Lentejas con verduras A1 A3 I6 I9 Pavo y queso A9 I8 I5 I11 I7 Guarnición: ensalada de temporada Yogur natural sin azúcar A9 I11 I7 - Pizza de atún y queso
28 566 66 22 24 Guisado de arroz con verduras y pollo I8 I7 I5 Loncha de queso A9 I7 I11 Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada - Cous cous vegetal. Fruta	29 491 54 28 18 Sopa de verduras con fideos A1 A7 A6 A3 A10 A14 Pechuga de pollo en salsa Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada - Abadejo al horno con espárragos. Fruta	30 369 37 21 14 Marmitako de pescado A8 A3 I8 I7 Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada - Acelgas con huevo y nueces. Fruta		

La recomendación de cena son los platos detallados en la franja azul inferior. El menú va acompañado de una ración de pan, siendo pan integral mínimo dos veces por semana. 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 I13 - Garbanzos 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

¡VUELTA AL COLE!



Menú Sin Cerdo - setembre



14 616 65 25 27

Potatge de cigrons amb verdures A3 I6 I13
Trita francesa A7 I7
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada

- Daurada amb xips de moniato. Fruita

15 546 46 24 28

Bollit valencià ECO I6
Pollastre amb salsa I8 I5 I7
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada

- Creïlles gratinades, verdures i formatge

16 530 64 20 20

Espirals integrals amb tomaca i tonyina A8 A1 A7 A10 A14 I6 I7 I8
Tallada de formatge A9 I7 I11
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada

- Trita amb guarnició de creïlla i albergínia

17 450 54 20 14

Fesols amb verdures i bacallà A3 A8 I8 I7 I10 I6
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada

- Crema de verdura i trita francesa. Fruita

18 418 33 24 19

Sopa d'au amb fideus A1 A7 A10 A14
Rollet de gall dindi
Guarnició: amanida de temporada
Iogurt natural sense sucre A9 I11 I7

- Carxofes i llobarro al forn. Fruita

21 531 72 14 20

Arròs amb tomaca
Trita francesa A7 I7
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada

- Coliflor especiats amb tonyina. Fruita

22 449 42 21 22

Crema de carabasseta, ceba i creïlla ECO
Hamburguesa de pollastre. A3 A9
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada

- Torrada d'ou amb alvocat. Fruita

23 289 32 8 14

Sopa de peix amb estreletes A8 A3 A4 A11 A1 A7 A10 A14 I7 I8 I6
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada

- Trita amb albergínia arrebossada

24 460 67 13 15

Macarrons a la bolonuesa de pollastre (Sense lactis) A1 A7 A10 A14
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada

- Daurada a la planxa amb pimentons. Fruita

25 547 61 31 19

Llenties amb verdures A1 A3 I6 I9
Gall dindi i formatge A9 I8 I5 I11 I7
Guarnició: amanida de temporada
Iogurt natural sense sucre A9 I11 I7

- Pizza de tonyina i formatge

28 566 66 22 24

Guisat de arròs amb verdures i pollastre I8 I7 I5
Tallada de formatge A9 I7 I11
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada

- Cous cous vegetal. Fruita

29 491 54 28 18

Sopa de verdures amb fideus A1 A7 A6 A3 A10 A14
Pit de pollastre en salsa
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada

- Abadejo al forn amb espàrrecs. Fruita

30 369 37 21 14

Marmitako de peix A8 A3 I8 I7
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada

- Bledes amb ou i nous. Fruita



La recomanació de sopar són els plats detallats a la franja blava inferior. El menú va acompanyat d'una ració de pa, i pa integral és mínim dues vegades per setmana. CV01276

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

Quilocaloríes Proteïnes Carbohidrats Greixos

I10 - Alubias I11 - APLV I5 - Carne I2 - Cerdo I13 - Garbanzos 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