

¡VUELTA AL COLE!



Menú sin lacteo - septiembre



14 616 65 25 17 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 - Lomo en salsa con ñoquis. Fruta	16 503 66 19 16 Espirales integrales con tomate y atún A8 A1 A7 A10 A14 I6 I7 I8 Rollito de pavo Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada A. Jamoncitos de pollo al horno con berenjena asada	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	18 404 28 20 21 Sopa de fideos A1 A7 A10 A14 I8 I5 I7 I2 I6 I11 Rollito de pavo Guarnición: ensalada de temporada "Alpro" soja natural A14 A13 A1 - 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	22 465 43 18 24 Crema de calabacín, cebolla y patata ECO Hamburguesa de pollo (sin lactosa) A1 A3 A10 A14 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 - Lomo con berenjena rebozada. Fruta	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	25 513 59 30 16 Lentejas con verduras A1 A3 I6 I9 Rollito de pavo Guarnición: ensalada de temporada "Alpro" soja natural A14 A13 A1 Pizza Sin queso Con Champiñones y Atún
28 539 68 21 19 Guisado de arroz con verduras y pollo I8 I7 I5 Rollito de pavo Guarnición: ensalada de temporada Fruta de temporada - Cous cous vegetal. Fruta	29 607 53 42 23 Sopa con fideos integrales A1 A10 A14 A3 A7 I2 I5 I6 I7 I8 I13 Albóndigas de pollo en salsa A3 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 ovo-lacto-vegetariano 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 sense lacti - setembre



14 616 65 25 27

Potatge de cigrons amb verdures A3 I6 I13
 Truita 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

- Llom en salsa amb gnocchis. Fruita

16 503 66 19 16

Espirals integrals amb tomaca i tonyina A8 A1 A7 A10 A14 I6 I7 I8
Rollet de gall dindi
 Guarnició: amanida de temporada
 Fruita de temporada

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 truita francesa. Fruita

18 404 28 20 21

Sopa de fideus A1 A7 A10 A14 I8 I5 I7 I2 I6 I11
Rollet de gall dindi
 Guarnició: amanida de temporada
"Alpro" soja natural A14 A13 A1

- Carxofes i llobarro al forn. Fruita

21 531 72 14 20

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

- Coliflor especiats amb tonyina. Fruita

22 465 43 18 24

Crema de carabasseta, ceba i creïlla ECO
Hamburguesa de pollastre (sense lactosa) A1 A3 A10 A14
 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

- Llom amb albergínia arrebossada. Fruita

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

25 513 59 30 16

Llenties amb verdures A1 A3 I6 I9
Rollet de gall dindi
 Guarnició: amanida de temporada
"Alpro" soja natural A14 A13 A1

Pizza sense formatge amb xampinyons i tonyina

28 539 68 21 19

Guisat de arròs amb verdures i pollastre I8 I7 I5
Rollet de gall dindi
 Guarnició: amanida de temporada
 Fruita de temporada

- Cous cous vegetal. Fruita

29 607 53 42 23

Sopa amb fideus A1 A10 A14 A3 A7 I2 I5 I6 I7 I8 I13
Mandonguilles de pollastre en salsa A3
 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·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 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