

02 585 68 31 21 Ensalada con fruta Lentejas a la jardinera A1 A3 I9 I6 Bacalao gratinado con all i oli A7 A8 I7 I8 Fruta - Champiñones al ajillo y revuelto. Fruta	03 570 65 22 25 Ensalada de verduras de temporada Vichyssoise A9 I7 I11 Lomo con cama de manzana y patatas panaderas I2 I7 I8 I5 Fruta - Coca de pisto con sardina	04 583 34 26 37 Ensalada de verduras de temporada Guisado de patata, verdura y ternera A3 I5 I7 I8 I11 I6 Tortilla de queso A9 A7 I7 I11 Vasito de helado A5 A7 A9 A13 I11 I7 - Ensalada de quinoa. Fruta	05 803 95 25 35 Ensalada con fruta Espaguetis ecológicos a la boloñesa A9 A1 A3 A14 A10 I8 I11 I7 I6 I5 I2 Bienmesabe de rape A1 A10 A14 A8 A11 I6 I8 I7 Fruta ecológica - Ragut de magro con cherry. Fruta	06 820 112 35 25 Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Ensaladilla de merluza con picos camperos A2 A3 A7 A8 A1 A12 A14 I7 I8 I6 Arroz con costra A3 A9 A13 A7 I11 I2 Fruta - Alas de pollo con boniato. Fruta
09 682 73 22 33 Pan horneado con ajo y perejil A1 Ensalada de garbanzos (lechuga, tomate, pepino, maíz, aceitunas, atún y queso) A8 A9 A3 I6 I7 I8 I11 Pastel de carne picada con puré de patata A9 A1 A14 A10 I11 I2 I5 I6 I7 I8 Fruta - Tortilla y berenjena con burrata. Fruta	10 759 79 29 37 Ensalada Caprese (tomate, queso fresco, orégano) A9 I7 I11 Fideuá A4 A1 A7 A8 A3 A11 A14 A10 I8 I7 I6 Revuelto del chef A7 I7 Fruta - Lomo en salsa con ñoquis. Fruta	11 635 69 26 26 Entrante de hummus de garbanzos con nachos A3 I6 Ensalada de cuscús y gazpacho andaluz A1 A10 A14 I6 Pollo a la ast con patatas I5 I8 I7 Fruta - Albóndigas en salsa zanahoria. Fruta	12 733 71 45 29 Ensalada de verduras de temporada Macarrones integrales con salsa de verduras gratinados A1 A7 A10 A14 A9 I7 I11 I6 Merluza a la vizcaína con guisantes salteados A8 I8 I7 I6 Fruta - Berenjena rellena. Fruta	13 712 76 27 30 Ensalada con fruta Alubias blancas estofadas A3 I6 Tortilla de calabacín con chips de boniato A7 I7 Fruta - Boquerones rebozados con tomate aliñado. Fruta
16 657 80 24 26 Ensalada con fruta Paella valenciana I8 I5 I7 I6 I10 Huevos rellenos (yemas, tomate frito y atún) A7 A8 I7 I8 Fruta - Hervido valenciano. Salmón al papillote. Fruta.	17 790 81 41 38 Ensalada de verduras de temporada Lentejas ecológicas con verduras A3 A1 I6 I9 Rustidera de bacalao con salsa suave de pimiento A9 A8 I11 I8 I7 Fruta - Gazpacho andaluz y pavo a la plancha. Fruta	18 598 57 26 29 Ensalada valenciana (tomate, lechuga, cebolla y aceitunas) Patatas crujientes con aguacate A9 I7 I11 Hamburguesa mixta completa A14 A9 A1 A10 A12 A7 I2 I8 I5 I7 I6 I11 Vasito de helado A5 A7 A9 A13 I11 I7 - Tortilla francesa y brócoli hervido. Fruta		

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 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 ovolactovegetariano I7 - No apto vegano

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

02	585 68 31 21
Amanida amb fruita	
Llentilles a la jardineria	A1 A3 I9 I6
Bacallà gratinat amb all i oli	A7 A8 I7 I8
Fruita	
Xampinyons amb allada i ou regirat. Fruita	

03	570 65 22 25
Amanida de verdres de temporada	
Vichyssoise	A9 I7 I11
Llom amb llet de poma i creïlles forneres	I2 I7 I8 I5
Fruita	
Coca de samfaina amb sardina	

04	583 34 26 37
Amanida de verdres de temporada	
Guisat de creïlles, verdura i vedella	A3 I5 I7 I8 I11 I6
Truita de formatge	A9 A7 I7 I11
Gotet de gelat	A5 A7 A9 A13 I11 I7
- Amanida de quinoa. Fruita	

05	803 95 25 35
Amanida amb fruita	
Espaguetis ecològics a la bolonyesa	A9 A1 A3 A14 A10 I8 I11 I7 I6 I5 I2
"Bienmesabe" de rap	A1 A10 A14 A8 A11 I6 I8 I7
Fruita ecològica	
- Magre amb cherry. Fruita	

06	820 112 35 25
Amanida d'enciam, blat de moro i carlota	
Amanida de lluç amb pics campers	A2 A3 A7 A8 A1 A12 A14 I7 I8 I6
Arròs amb costra	A3 A9 A13 A7 I11 I2
Fruita	
- Ales de pollastre amb moniato. Fruita	

09	682 73 22 33
Torrada de pa amb all i julivert	A1
Amanida de cigrons (enciam, tomàquet, cogombre, blat de moro, olives, tonyina i formatge)	A8 A9 A3 I6 I7 I8 I11
Pastís de carn picada amb puré de creïlla	A9 A1 A14 A10 I11 I2 I5 I6 I7 I8
Fruita	
- Truita i albergínia amb burrata. Fruita	

10	759 79 29 37
Amanida Capresse	A9 I7 I11
Fideuà	A4 A1 A7 A8 A3 A11 A14 A10 I8 I7 I6
Regirat del xef	A7 I7
Fruita	
- Llom en salsa amb nyoquis. Fruita	

11	635 69 26 26
Entrant d'humus de cigrons amb natxos	A3 I6
Amanida de cuscús i gaspatxo andaluz	A1 A10 A14 I6
Pollastre a l'ast amb creïlles	I5 I8 I7
Fruita	
- Mandonguilles en salsa de carlota. Fruita	

12	733 71 45 29
Amanida de verdres de temporada	
Macarrons integrals amb salsa de verdres gratinats	A1 A7 A10 A14 A9 I7 I11 I6
Lluç a la biscaïna amb pèsols saltejats	A8 I8 I7 I6
Fruita	
- Albergínia farcida. Fruita	

13	712 76 27 30
Amanida amb fruita	
Fesols blancs estofats	A3 I6
Truita de carabasseta amb xips de moniato	A7 I7
Fruita	
- Aladrocxs arrebossats amb tomaca. Fruita	

16	657 80 24 26
Amanida amb fruita	
Paella valenciana	I8 I5 I7 I6 I10
Ous farcits (rovells, tomaca fregida i tonyina)	A7 A8 I7 I8
Fruita	
- Bullit valencià. Salmó al papillote. Fruita.	

17	790 81 41 38
Amanida de verdres de temporada	
Llentilles ecològiques amb verdres	A3 A1 I6 I9
Bacallà rostint amb salsa suau de pimentó	A9 A8 I11 I8 I7
Fruita	
- Gaspatxo andalús i gall dindi a la planxa. Fruita	

18	598 57 26 29
Ensalada valenciana (tomaca, encisam, ceba i olives)	
Creïlles cruixents amb alvocat	A9 I7 I11
Hamburguesa mixta completa	A14 A9 A1 A10 A12 A7 I2 I8 I5 I7 I6 I11
Gotet de gelat	A5 A7 A9 A13 I11 I7
Truita francesa i bròcoli bullit. Fruita	



"La recomanació de 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 per setmana

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 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