



RICOCHF

Menú Legumbres abril

Colegio Virgen al Pie de la Cruz



<p>15 812 97 26 34</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Espaguetis con salsa cremosa de champiñones A9 A1 A7 I7 I11</p> <p>Merluza enharinada casera (maicena) con coliflor especiada A1 A8 A10 A14</p> <p>Fruta</p> <p>Pechuga de pavo con pisto</p>	<p>09 766 96 30 28</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Macarrones ecológicos a la napolitana A1 A9 I7 I11</p> <p>Lágrimas de pollo caseras (maicena) A1 A2 A9 A14</p> <p>Fruta</p> <p>- Dorada a la plancha con pimientos. Fruta</p>	<p>10 591 61 28 23</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Guisado de patata con verduras A3</p> <p>Tortilla francesa con zanahoria A7</p> <p>Fruta</p> <p>- Jamón con calabacín a la plancha y tosta. Fruta</p>	<p>11 663 45 30 39</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Crema de verduras de temporada</p> <p>Alitas de pollo al horno con champiñones y patatas I7 I8 I5</p> <p>Yogur A9 I7 I11</p> <p>- Salmón a la plancha con verduras. Fruta</p>	<p>12 620 77 23 24</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Paella de verduras A3 A5 A9 A13 A14</p> <p>Merluza al horno con zanahoria estofada A8 I7 I8</p> <p>Fruta</p> <p>Revuelto de huevo con tomate</p>
<p>22 631 68 29 28</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Fideua de pescado A4 A3 A11 A1 A7 A8 A9 A13 A14</p> <p>Huevo relleno (yemas, tomate frito y atún) A7 A8 I8 I7</p> <p>Fruta</p> <p>- Crema de verdura y tortilla francesa. Fruta</p>	<p>16 653 72 31 27</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Hervido de acelgas, patata y zanahoria A1 A3</p> <p>Huevos al horno con tomate A1 A7</p> <p>Fruta</p> <p>Cabeza de lomo en salsa jardinera</p>	<p>17 685 68 34 30</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Vichyssoise con picatostes caseros A9 A1 I7 I11</p> <p>Pechuga de pollo a la crema con mazorca de maíz A9 I11 I7 I8 I5</p> <p>Fruta</p> <p>- Boquerones rebozados con tomate aliñado. Fruta</p>	<p>18 702 72 35 28</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Arroz milanesa con taquitos de magro (sin guisantes)</p> <p>Bacalao encebollado con dados de berenjena A8 I8 I7</p> <p>Yogur A9 I7 I11</p> <p>- Hamburguesa vegetal con aguacate. Fruta</p>	<p>19 715 80 26 31</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Guisado de verduras</p> <p>Tortilla de patatas con guacamole A7</p> <p>Fruta</p> <p>- Ragut de ternera. Fruta</p>
<p>29 603 59 28 27</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Crema de verduras de temporada A3 A9</p> <p>Rape a la cazuela A8 I8 I7</p> <p>Fruta</p> <p>- Tortilla y berenjena con burrata. Fruta</p>	<p>23 878 79 50 38</p> <p>Lechuga, maíz y zanahoria</p> <p>Guisado de verduras con patata y pollo A3 A9 A13 A14</p> <p>Espardenes amb renvons de masero (tomate al horno con ajo, perejil) A1 A3 A8 A11 A10 A14 A4</p> <p>Bizcocho de rosas A9 A1 A7 I7 I11</p> <p>- Ensalada de quinoa. Fruta</p>	<p>24 615 46 20 39</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Crema de calabacín ecológico</p> <p>Pechuga de pollo con pisto casero A3 A9 A14</p> <p>Fruta</p> <p>- Acelgas con huevo cocido y nueces. Fruta</p>	<p>25 705 70 40 26</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Macarrones con atún y tomate A1 A7 A14 A12 A13 A10</p> <p>Gallo San Pedro en salsa mery A8</p> <p>Fruta</p> <p>- Alas de pollo con bastones de boniato. Fruta</p>	<p>26 630 62 37 25</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Verduras del chef gratinadas A1</p> <p>Dados de pavo salteados con verduras A14 A1</p> <p>Fruta</p> <p>- Huevos rotos con salmón y champiñones. Fruta</p>
<p>30 727 78 33 32</p> <p>Lechuga, pepino y zanahoria</p> <p>Pasta tricolor con queso, maíz, tomate y aceitunas A1 A7 A9 I11 I7</p> <p>Magro en salsa con patatas I5 I8 I7 I2</p> <p>Fruta</p> <p>- Brócoli y coliflor especiados con atún. Fruta</p>				

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

RICOCHF - B40585887 - +(34) 637 099 900 | nutricion@ricochef.es - C/ Sequia De Mestalla 2 - 46210 Picanya, Valencia



RICOCHF

Menú Legumbres abril

Colegio Virgen al Pie de la Cruz



09 766 96 30 28

Amanida de verdures de temporada

Macarrons ecològics a la napolitana A1 A9 I7 I11

Llàgrimes de pollastre casolanes (maicena) A1 A2 A9 A14

Fruita

- Daurada a la planxa amb pimentons. Fruita

10 591 61 28 23

Amanida de verdures de temporada

Guisat de creïlla amb verdures A3

Truita francesa amb carlota A7

Fruita

- Pernil amb carabasseta a la planxa i tosta. Fruita

11 663 45 30 39

Amanida de verdures de temporada

Crema de verdures de temporada

Aletes de pollastre al forn amb xampinyons i creïlles I7 I8 I5

Iogurt A9 I7 I11

- Salmó a la planxa amb verdures. Fruita

12 620 77 23 24

Amanida amb fruita

Paella de verdures A3 A5 A9 A13 A14

Lluç al forn amb carlota estofada A8 I7 I8

Fruita

Remenat d'ou amb tomaca

15 812 97 26 34

Amanida de verdures de temporada

Espagueits amb salsa cremosa de xampinyons A9 A1 A7 I7 I11

Lluc enfarinat casolà (maicena) amb coliflor especiada A1 A8 A10 A14

Fruita

Pit de gall dindi amb samfaina

16 653 72 31 27

Amanida amb fruita

Bullit de bledes, creïlla i carlota A1 A3

Ous al forn amb tomata A1 A7

Fruita

Cap de llom amb salsa jardinera

17 685 68 34 30

Amanida de verdures de temporada

Vichyssoise amb crostons cassolans A9 A1 I7 I11

Pit de pollastre a la crema amb panotxa de dacs A9 I11 I7 I8 I5

Fruita

- Aladrocxs arrebossats amb tomaca amanida. Fruita

18 702 72 35 28

Amanida de verdures de temporada

Arròs milanesa amb dauets de magre (sense pèsols)

Bacallà ceba amb daus d'alberginia A8 I8 I7

Iogurt A9 I7 I11

- Hamburguesa vegetal amb advocat. Fruita

19 715 80 26 31

Amanida de verdures de temporada

Guisat de verdures

Truita de creïlles amb guacamole A7

Fruita

- Ragut de vedella. Fruita

22 631 68 29 28

Amanida de verdures de temporada

Fideuà de peix A4 A3 A11 A1 A7 A8 A9 A13 A14

Ou farcit (rovells, tomaca fregida i tonyina) A7 A8 I8 I7

Fruita

- Crema de verdura i truita francesa. Fruita

23 878 79 50 38

Encisam, dacs i carlota

Guisat de verdures amb creïlla i pollastre A3 A9 A13 A14

Espardevnes amb renvons de massero (tomàquet al forn amb all, julivert) A1 A3 A8 A11 A10 A14 A4

Coca en llauna de roses A9 A1 A7 I7 I11

- Amanida de quinoa. Fruita

24 615 46 20 39

Amanida amb fruita

Crema de carabasseta ecològica

Pit de pollastre amb samfaina A3 A9 A14

Fruita

- Bledes amb ou cuit i nous. Fruita

25 705 70 40 26

Amanida de verdures de temporada

Macarrons amb tomaca i tonyina A1 A7 A14 A12 A13 A10

Gall amb salsa mery A8

Fruita

- Ales de pollastre amb bastons de moniato. Fruita

26 630 62 37 25

Amanida amb fruita

Verdures del xef gratinades A1

Daus de gall dindi saltejats amb verdures A14 A1

Fruita

- Ous trencats amb salmó i champinyons. Fruita

29 603 59 28 27

Amanida de verdures de temporada

Crema de verdures de temporada A3 A9

Rap a la cassola A8 I8 I7

Fruita

- Truita i alberginia amb burrata. Fruita

30 727 78 33 32

Encisam, cogombre i carlota

Pasta tricolor amb formatge, blat de moro, tomàquet i olives A1 A7 A9 I11 I7

Magre en salsa amb creïlles I5 I8 I7 I2

Fruita

- Brocoli i coliflor especiats amb tonyina. Fruita



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

RICOCHF - B40585887 - +(34) 637 099 900 | nutricion@ricochef.es - C/ Sequia De Mestalla 2 - 46210 Picanya, Valencia