



RICOCHF

Menú sin huevos - noviembre



Colegio Virgen al Pie de la Cruz



<p>04 790 82 35 28</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Lentejas ecológicas con verduras A1 A3 I6 I9</p> <p>Boquerones enharinados caseros A1 A3 A8 A11</p> <p>Fruta</p> <p>Crema de coliflor y manzana</p>	<p>05 567 39 33 30</p> <p>Ensalada con aceitunas</p> <p>Sopa de fideos (sin gluten/huevo/mostaza/soja)</p> <p>Lomo de cerdo con dados de calabaza ecológica I7 I8 I5 I2</p> <p>Fruta</p> <p>- Ensalada de patata. Fruta</p>	<p>06 811 90 25 37</p> <p>Hummus con tiras de pan con aceite y pimentón A1 A3 I6</p> <p>Pasta (sin gluten/huevo/mostaza/soja) a la genovesa (champiñón, bacon y tomate)</p> <p>Pechuga de pollo con ensalada</p> <p>Fruta</p> <p>- Brocheta de salmón con verduras. Fruta</p>	<p>07 703 52 22 43</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Puré de verduras y legumbres A3 A1 I6 I9 I10</p> <p>Albóndigas mixtas en salsa jardinera A3 A14 I6 I5 I7 I8 I11 I2</p> <p>Fruta</p> <p>- Wok de verduras con soja text. Fruta</p>	<p>08 852 96 40 35</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Arroz con tomate</p> <p>Salmón en salsa verde con guisantes A8 I8 I7 I6</p> <p>Yogur artesano valenciano A9 I11 I7</p> <p>- Alas de pollo con boniato. Fruta</p>
<p>11 619 61 24 31</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Crema de calabaza y boniato con picatostes caseros</p> <p>Pavo al curry con arroz de coliflor A9 I11 I5 I8 I7</p> <p>Fruta</p> <p>- Dorada a la plancha con pimientos. Fruta</p>	<p>12 699 91 26 25</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Potaje de garbanzos con verduras I6</p> <p>Quesadilla de york y queso A1 A12 A14 A9 I5 I7 I8 I11 I2 I6</p> <p>Fruta</p> <p>- Berenjena rellena. Fruta</p>	<p>13 593 46 29 30</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Sopa de arroz I5 I7 I8</p> <p>Gallineta a la marinera con patatas a lo pobre. A8 I8 I7</p> <p>Fruta</p> <p>- Berenjena rellena. Fruta</p>	<p>14 666 86 24 25</p> <p>Montadito integral de tomate A1</p> <p>Ensalada completa (Sin huevo) A8</p> <p>Gazpacho manchego (tortas cenceñas, pollo) A1 A3 I8 I5 I7</p> <p>Fruta</p> <p>- Pescado con verduras al papillote. Fruta</p>	<p>15 730 73 29 32</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Fabada A3 A9 A13 A14 I5 I2 I8 I7 I6 I11 I10</p> <p>Lomo con pisto</p> <p>Fruta</p> <p>- Crema y panini de jamón y queso. Fruta</p>
<p>18 733 86 27 31</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Lentejas a la jardinera A1 A3 I9 I6</p> <p>Cuadraditos de merluza rebozados con chips de boniato A1 A8 A10 A14 I8 I7 I6</p> <p>Fruta</p> <p>- Pavo con col al pimentón. Fruta</p>	<p>19 631 67 20 31</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Guisado de patatas con verduras de temporada y majado A3 A5 A13 A1 A9 A10 A14 I11 I6</p> <p>Lomo adobado con tostadita horneada de tomate y queso A1 A9</p> <p>Fruta</p> <p>- Abadejo al horno con espárragos. Fruta</p>	<p>20 876 97 34 35</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Pasta (sin gluten/huevo/mostaza/soja) con queso gratinado A9</p> <p>Chicken burger con aros de cebolla A1 A4 A8 A9 A10 A11 A14 I8 I7 I6 I5 I11</p> <p>Milkshake Americano (batido de chocolate) A9 I11 I7</p> <p>- Alcachofas y lubina al horno. Fruta</p>	<p>21 781 76 49 30</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Sopa de fideos (sin gluten/huevo/mostaza/soja)</p> <p>Cocido completo A3 A9 A14 I2 I6 I11 I8 I5 I7</p> <p>Fruta</p> <p>Boquerones de lonja con champiñones</p>	<p>22 697 89 29 24</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Arroz tres delicias casero (guisantes, york, zanahoria) A14</p> <p>Rustidera de bacalao (con cebolla y pimiento rojo) A4 A8 I8 I7</p> <p>Fruta</p> <p>- Lomo en salsa con ñoquis. Fruta</p>
<p>25 712 81 19 35</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Fideos Secos de la huerta (sin gluten/huevo/mostaza/soja)</p> <p>Lomo adobado con calabacín</p> <p>Fruta</p> <p>- Longanizas con pisto casero. Fruta</p>	<p>26 590 56 26 29</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Crema de calabacín y zanahoria ECO con picatostes integrales caseros A1</p> <p>Pollo al ajillo con champiñones A3 I8 I5 I7</p> <p>Fruta</p> <p>Champiñones y calabacín rehogados con soja texturizada (V)</p>	<p>27 773 74 39 33</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Alubias pintas con verduras I6 I10</p> <p>Merluza en salsa de tomate con patatas a lo pobre A8</p> <p>Fruta</p> <p>- Puré con tоста de jamón serrano. Fruta</p>	<p>28 620 73 16 26</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Paella valenciana I8 I5 I7 I6 I10</p> <p>Mini pizzas de calabacín A9 I11 I7</p> <p>Yogur A9 I7 I11</p> <p>- Salmón con calabacín. Fruta</p>	<p>29 658 70 28 29</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Garbanzos con calabaza I6</p> <p>Panini casero de atún A1 A8 A9</p> <p>Fruta</p> <p>- Wok de ternera con verduras thai. Fruta</p>

La recomendación de cena son los platos detallados en la franja verde inferior. El menú diario va acompañado de una ración de pan, ofreciéndose pan integral mínimo dos 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 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 sense ous - novembre



Colegio Virgen al Pie de la Cruz



<p>04 790 82 35 28</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Lentilles ecològiques amb verdures A1 A3 I6 I9</p> <p>Aladrocns enfarinats casolans A1 A3 A8 A11</p> <p>Fruita</p> <p>Crema de colflor i poma</p>	<p>05 567 39 33 30</p> <p>Amanida amb olives</p> <p>Sopa de fideus (sense gluten/ou/mostassa/soja)</p> <p>Llom de porc amb daus de carabassa ecològica I7 I8 I5 I2</p> <p>Fruita</p> <p>- Amanida de creïlla. Fruita</p>	<p>06 811 90 25 37</p> <p>Hummus amb tires de pa amb oli i pimentó dolç A1 A3 I6</p> <p>Pasta (sense gluten/ou/mostassa/soja) a la genovesa (xampinyó, bacó i tomàquet)</p> <p>Pit de pollastre amb amanida</p> <p>Fruita</p> <p>- Broqueta de salmó amb verdures. Fruita</p>	<p>07 703 52 22 43</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Purè de verdures i llegums A3 A1 I6 I9 I10</p> <p>Mandonguilles mixtes en salsa A3 A14 I6 I5 I7 I8 I11 I2</p> <p>Fruita</p> <p>- Wok de verdures amb soja text. Fruita</p>	<p>08 852 96 40 35</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Arròs amb tomaca</p> <p>Salmó amb salsa verda amb amb pèsols A8 I8 I7 I6</p> <p>Iogurt artesà valencià A9 I11 I7</p> <p>- Ales de pollastre amb moniato. Fruita</p>
<p>11 619 61 24 31</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Crema de carabassa i moniato amb crostons casolans</p> <p>Pavo al curri amb arròs de coliflor A9 I11 I5 I8 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Daurada a la planxa amb pimentons. Fruita</p>	<p>12 699 91 26 25</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Potatge de cigrons amb verdures I6</p> <p>Quesadilla de york i formatge A1 A12 A14 A9 I5 I7 I8 I11 I2 I6</p> <p>Fruita</p> <p>- Albergínia farcida. Fruita</p>	<p>13 593 46 29 30</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Sopa d'arròs I5 I7 I8</p> <p>Gallineta a la marinera amb patates al pobre A8 I8 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Albergínia farcida. Fruita</p>	<p>14 666 86 24 25</p> <p>Montadet integral de tomaca A1</p> <p>Amanida completa (sense ou) A8</p> <p>Gaspatxo manxec A1 A3 I8 I5 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Peix amb verdures al "papillot". Fruita</p>	<p>15 730 73 29 32</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>"Fabada" A3 A9 A13 A14 I5 I2 I8 I7 I6 I11 I10</p> <p>Llom amb samfaina</p> <p>Fruita</p> <p>- Crema i panini de pernil i formatge. Fruita</p>
<p>18 733 86 27 31</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Lentilles a la jardineria A1 A3 I9 I6</p> <p>Quadrats de lluç arrebossats amb xips de moniato A1 A8 A10 A14 I8 I7 I6</p> <p>Fruita</p> <p>- Pavo amb col al pebre roig. Fruita</p>	<p>19 631 67 20 31</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Guisat de creïlles amb verdures de temporada i picada A3 A5 A13 A1 A9 A10 A14 I11 I6</p> <p>Llom adobat amb torradeta fornejada de tomaca i formatge A1 A9</p> <p>Fruita</p> <p>- Abadejo al forn amb espàrrecs. Fruita</p>	<p>20 876 97 34 35</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Pasta (sense gluten/ou/mostassa/soja) amb formatge gratinat A9</p> <p>"Chicken burger" amb cèrcols de ceba A1 A4 A8 A9 A10 A11 A14 I8 I7 I6 I5 I11</p> <p>Milkshake Americà (batut de xocolata) A9 I11 I7</p> <p>- Carxofes i llobarro al forn. Fruita</p>	<p>21 781 76 49 30</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Sopa de fideus (sense gluten/ou/mostassa/soja)</p> <p>Olla completa A3 A9 A14 I2 I6 I11 I8 I5 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Seïtons de llotja amb xampinyons</p>	<p>22 697 89 29 24</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Arròs tres delícies casolà (pèsols, york, carlota) A14</p> <p>Rustidera de bacallà (amb ceba i pimentó roig) A4 A8 I8 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Llom en salsa amb nyoquis. Fruita</p>
<p>25 712 81 19 35</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Fideus de l'horta (sense gluten/ou/mostassa/soja)</p> <p>Llom adobat amb carabassó</p> <p>Fruita</p> <p>- Llonganisses amb samfaina casolana. Fruita</p>	<p>26 590 56 26 29</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Crema de carbasseta i carlota ECO amb crostons integrals casolans A1</p> <p>Pollastre amb alls amb xampinyons A3 I8 I5 I7</p> <p>Fruita</p> <p>Xampinyons i carbasseta saltejats amb soja texturitzada (V)</p>	<p>27 773 74 39 33</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Fesols pintes amb verdures I6 I10</p> <p>Lluç en salsa de tomata amb creïlles a lo pobre A8</p> <p>Fruita</p> <p>- Purès amb torra de pernil. Fruita</p>	<p>28 620 73 16 26</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Paella valenciana I8 I5 I7 I6 I10</p> <p>Mini pizzas de carbasseta A9 I11 I7</p> <p>Iogurt A9 I7 I11</p> <p>- Salmó amb carbasseta. Fruita</p>	<p>29 658 70 28 29</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Cigrons amb carabassa I6</p> <p>Panini casolà de tonyina A1 A8 A9</p> <p>Fruita</p> <p>- Wok de vedella amb verdures thai. Fruita</p>

A1 - Gluten A2 - Tràmús 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

