



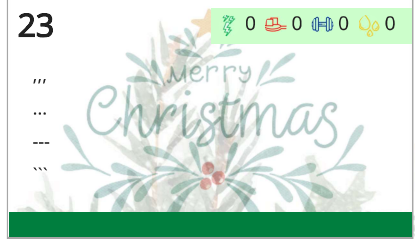
RICOCHF

# Menú basal - diciembre

Colegio Virgen al Pie de la Cruz



<p><b>02</b> 854 94 29 39</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Macarrones ecológicos a la napolitana con queso A9 A1 A10 A14 I7 I11 I6</p> <p>Alitas de pollo con salsa de soja y miel con puré de patata A1 A14 A9 I11 I6 I7 I5 I8</p> <p>Fruta</p> <p>- Pescado con verduras al papillote. Fruta</p>	<p><b>03</b> 685 68 42 27</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Lentejas de la abuela A1 A3 I8 I2 I5 I7 I6 I9</p> <p>Gallo San Pedro al limón con judías verdes A8 I7 I8 I10 I6</p> <p>Fruta</p> <p>- Ragut de magro con tomates cherry. Fruta</p>	<p><b>04</b> 668 90 19 26</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Arroz del senyoret A3 A4 A11 A8 I8 I7 I6</p> <p>Revuelto del chef A7 I7</p> <p>Fruta</p> <p>- Pavo con col al pimentón. Fruta</p>	<p><b>05</b> 620 37 24 42</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Crema bretona (alubias blancas y puerros) A9 I6 I7 I11 I10</p> <p>Longanizas con salsa de tomate A3 A9 I11 I2 I8 I7 I5</p> <p>Yogur artesano valenciano A9 I11 I7</p> <p>- Alcachofas y lubina al horno. Fruta</p>	
<p><b>09</b> 596 69 28 24</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Sopa de pescado (con estrellas) A8 A3 A4 A11 A1 A7 A10 A14 I7 I8 I6</p> <p>Solomillo de pollo empanado con maíz salteado A1 A2 A9 A14 I7 I5 I6 I11 I8</p> <p>Fruta</p> <p>- Hamburguesa vegetal. Fruta</p>	<p><b>10</b> 735 78 28 34</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Potaje de garbanzos con verduras A3 I6</p> <p>Tortilla de patatas con queso A9 A7 I11 I7</p> <p>Fruta</p> <p>- Wok de ternera con verduras thai. Fruta</p>	<p><b>11</b> 703 81 31 27</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Espaguetis a la carbonara A14 A1 A7 A9 A10 I8 I7 I5 I8 I11 I2 I6</p> <p>Ventresca de merluza con guisantes salteados A8 I8 I7 I6</p> <p>Fruta</p> <p>- Dados de tofu con verduras. Fruta</p>	<p><b>12</b> 700 49 26 42</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Crema vikinga de calabaza y coliflor</p> <p>Kottbullar (Albóndigas suecas a la crema con cous cous) A1 A3 A9 A10 A14 I11 I2 I6 I5 I8 I7</p> <p>Bizcocho de manzana y canela A9 A1 A7 A10 A14 I7 I6 I11</p> <p>- Tortilla y berenjena con burrata. Fruta</p>	<p><b>13</b> 718 101 16 27</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Arroz al horno (1º) A3 A9 A13 I2 I8 I6 I7 I5 I11</p> <p>Croquetas de bacalao A1 A4 A7 A8 A9 A11 I7 I11 I6 I8</p> <p>Fruta</p> <p>- Verduras y salmón al papillote. Fruta</p>
<p><b>16</b> 558 48 25 29</p> <p>Ensalada con queso fresco A9 I7 I11</p> <p>Crema de puerros y pera A3</p> <p>Magro de cerdo en salsa jardinera (tomate, cebolla, guisantes, zanahoria) I8 I5 I7 I6 I2</p> <p>Fruta</p> <p>- Huevos rotos con salmón. Fruta</p>	<p><b>17</b> 714 79 40 27</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Lentejas ecológicas con verduras A1 A3 I6 I9</p> <p>Gallineta en salsa mery (ajo y perejil) con champiñones A3 A8 I8 I7</p> <p>Fruta</p> <p>- Pollo al curry con cous cous. Fruta</p>	<p><b>18</b> 588 72 21 22</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Macarrones integrales con tomate y atún A8 A1 A7 A10 A14 I7 I8 I6</p> <p>Tortilla de berenjena y queso A9 A7 I7 I11</p> <p>Fruta</p> <p>- Merluza con patatas y espárragos. Fruta</p>	<p><b>19</b> 678 101 26 16</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Alubias blancas guisadas con verduras A3 I10 I6</p> <p>Panini casero de jamón york y queso A1 A9 A14 I5 I7 I11 I2 I8 I6</p> <p>Fruta</p> <p>- Wok de ternera con verduras thai. Fruta</p>	<p><b>20</b> 783 64 39 41</p> <p>Ensalada gourmet con naranja</p> <p>Sopa de Navidad A1 A7 A10 A14 I8 I5 I7 I2 I6</p> <p>Redondo de pavo en salsa con patatas panaderas A1 A14 I5 I7 I8 I6</p> <p>Bolitas navideñas de chocolate A1 A7 A9 A13 A14 I7 I11 I6</p> <p>- Bacalao gratinado con ensalada. 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 ovolactovegetariano I7 - No apto vegano

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

# HAPPY Holidays!





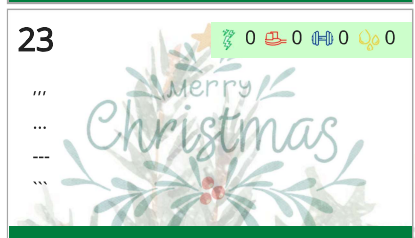
RICOCHF

# Menú basal - desembre

Colegio Virgen al Pie de la Cruz



<p><b>02</b> 854 94 29 39</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Macarrons ecològics a la napolitana amb formatge <b>A9 A1 A10 A14 I7 I11 I6</b></p> <p>Aletes de pollastre amb salsa de soja i mel amb puré de creïlla <b>A1 A14 A9 I11 I6 I7 I5 I8</b></p> <p>Fruita</p> <p>- Peix amb verdures al "papillot". Fruita</p>	<p><b>03</b> 685 68 42 27</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Llenties de l'àvia <b>A1 A3 I8 I2 I5 I7 I6 I9</b></p> <p>Gallo San Pedro al llimó amb bajoqueta <b>A8 I7 I8 I10 I6</b></p> <p>Fruita</p> <p>- Magre amb tomaques cherry. Fruita</p>	<p><b>04</b> 668 90 19 26</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Arròs del Senyoret <b>A3 A4 A11 A8 I8 I7 I6</b></p> <p>Regirat del xef <b>A7 I7</b></p> <p>Fruita</p> <p>- Pavo amb col al pebre roig. Fruita</p>	<p><b>05</b> 620 37 24 42</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Crema bretona (fesols blancs i porros) <b>A9 I6 I7 I11 I10</b></p> <p>Llonganisses amb salsa de tomata <b>A3 A9 I11 I2 I8 I7 I5</b></p> <p>Iogurt artesà valencià <b>A9 I11 I7</b></p> <p>- Carxofes i llobarro al forn. Fruita</p>	<p><b>FESTIVO</b></p>
<p><b>09</b> 596 69 28 24</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Sopa de peix (amb estretetes) <b>A8 A3 A4 A11 A1 A7 A10 A14 I7 I8 I6</b></p> <p>Filet de pollastre empanat amb blat de moro saltat <b>A1 A2 A9 A14 I7 I5 I6 I11 I8</b></p> <p>Fruita</p> <p>- Hamburguesa vegetal. Fruita</p>	<p><b>10</b> 735 78 28 34</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Potatge de cigrons amb verdures <b>A3 I6</b></p> <p>Truita de creïlla amb formatge <b>A9 A7 I11 I7</b></p> <p>Fruita</p> <p>- Wok de vedella amb verdures thai. Fruita</p>	<p><b>11</b> 703 81 31 27</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Espaguetis a la carbonara <b>A14 A1 A7 A9 A10 I8 I7 I5 I8 I11 I2 I6</b></p> <p>Ventresca de lluç amb pèsols saltats <b>A8 I8 I7 I6</b></p> <p>Fruita</p> <p>- Daus de tofu amb verdures. Fruita</p>	<p><b>12</b> 700 49 26 42</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Crema vikinga de carabassa i coliflor</p> <p>Kottbullar (mandonguilles sueques a la crema amb cous cous) <b>A1 A3 A9 A10 A14 I11 I2 I6 I5 I8 I7</b></p> <p>Coca de poma i canyella <b>A9 A1 A7 A10 A14 I7 I6 I11</b></p> <p>- Truita i alberginia amb burrata. Fruita</p>	<p><b>13</b> 718 101 16 27</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Arròs al forn (1º) <b>A3 A9 A13 I2 I8 I6 I7 I5 I11</b></p> <p>Croquetes de bacallà <b>A1 A4 A7 A8 A9 A11 I7 I11 I6 I8</b></p> <p>Fruita</p> <p>- Verdures i salmó al papillot. Fruita</p>
<p><b>16</b> 558 48 25 29</p> <p>Amanida amb formatge fresc <b>A9 I7 I11</b></p> <p>Crema de porros i pera <b>A3</b></p> <p>Magre de porc en salsa (tomaca, ceba, pesols, carlota) <b>I8 I5 I7 I6 I2</b></p> <p>Fruita</p> <p>- Ous trencats amb salmó. Fruita</p>	<p><b>17</b> 714 79 40 27</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Llenties ecològiques amb verdures <b>A1 A3 I6 I9</b></p> <p>Gallineta amb salsa mery amb xampinyons <b>A3 A8 I8 I7</b></p> <p>Fruita</p> <p>- Pollastre al curri amb cous cous. Fruita</p>	<p><b>18</b> 588 72 21 22</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Macarrons integrals amb tomàquet i tonyina <b>A8 A1 A7 A10 A14 I7 I8 I6</b></p> <p>Truita d'albergina i formatge <b>A9 A7 I7 I11</b></p> <p>Fruita</p> <p>- Lluç amb creïlles i espàrrecs. Fruita</p>	<p><b>19</b> 678 101 26 16</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Guisat de fesols amb verdures <b>A3 I10 I6</b></p> <p>Panini casolà de pernil dolç i formatge <b>A1 A9 A14 I5 I7 I11 I2 I8 I6</b></p> <p>Fruita</p> <p>- Wok de vedella amb verdures thai. Fruita</p>	<p><b>20</b> 783 64 39 41</p> <p>Amanida "gorumet" amb taronja</p> <p>Sopa de Nadal <b>A1 A7 A10 A14 I8 I5 I7 I2 I6</b></p> <p>Redó de polit en salsa amb creïlles forneres <b>A1 A14 I5 I7 I8 I6</b></p> <p>Boletes nadalenes de xocolata <b>A1 A7 A9 A13 A14 I7 I11 I6</b></p> <p>- Bacallà gratinat amb amanida. Fruita</p>



A1 - Gluten A2 - Tramús A3 - Diòxid de sofre i sulfits A4 - Mol·lisc A5 - Cacauet A6 - Apí 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 ovolactovegetariano I7 - No apto vegano

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

**HAPPY Holidays!**