



RICOCHF

Menú sin huevos - enero

Colegio Virgen al Pie de la Cruz



<p>07 676 94 20 24</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Pasta (sin gluten/huevo/soja/mostaza) a la napolitana A9</p> <p>Bacalao enharinado casero A8 A1 A10 A14</p> <p>Fruta</p> <p>- Gratén de coliflor (pollo y bacon). Fruta</p>	<p>08 633 72 22 27</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Olleta alicantina A3 A1 19 16 I10</p> <p>Lomo con pisto</p> <p>Fruta</p> <p>- Menestra con ajitos y lomo. Fruta</p>	<p>09 632 65 28 30</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Crema de verduras de invierno</p> <p>Dados de pavo al curry con noddles (fideos de arroz) A9 I11 17 15 18</p> <p>Yogur artesano valenciano A9 I11 17</p> <p>- Dorada a la plancha con pimientos. Fruta</p>	<p>10 688 87 20 28</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Paella de otoño con verduras y champiñones</p> <p>Magro en salsa de cebolla y zanahoria</p> <p>Fruta</p> <p>- Brocheta de salmón con verduras. Fruta</p>	
<p>13 716 76 27 33</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Lentejas a la jardinera A1 A3 19 16</p> <p>Albóndigas vegetales en salsa A3 A14 16</p> <p>Fruta</p> <p>Acelgas rehogadas con ajo</p>	<p>14 686 75 29 29</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Espaquetis (sin gluten/huevo/mostaza/soja) con salsa de calabaza gratinados A9</p> <p>Merluza al horno con base de tomate frito casero y cebollita pochada A8 17 18</p> <p>Fruta</p> <p>- Pavo con col al pimentón. Fruta</p>	<p>15 667 62 28 32</p> <p>Hummus con tiras de pan con aceite y pimentón A1 A3 16</p> <p>Guisado de patata, verdura y ternera A3 15 17 18 11 16</p> <p>Tosta de tomate y queso fresco A9 A1</p> <p>Fruta</p> <p>- Coliflor especiada con atún. Fruta</p>	<p>16 625 67 25 28</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Sopa juliana (fideos sin gluten/huevo/mostaza/soja) A6</p> <p>Pollo asado a la miel con patatas 15 17 18</p> <p>Fruta</p> <p>Crema de coliflor y manzana</p>	<p>17 829 92 26 39</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Aroz con tomate</p> <p>Salmón con manzana laminada A8 17 18</p> <p>Fruta</p> <p>- Ragut de magro con cherry. Fruta</p>
<p>20 657 76 27 27</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Espaquetis (sin gluten/huevo/mostaza/soja) con atún y tomate A8</p> <p>Lomo adobado con queso A9 A14</p> <p>Fruta</p> <p>- Patatas rellenas gratinadas. Fruta</p>	<p>21 731 71 18 41</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Crema de calabacín y zanahoria ECO</p> <p>Cordon Bleu con patatas A9 A1 A14 A6 17 15 18 16 11</p> <p>Fruta</p> <p>- Wok de ternera con verduras thai. Fruta</p>	<p>22 716 70 44 28</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Lentejas de la abuela A1 A3 18 12 15 17 16 19</p> <p>Gallineta en salsa mery (ajo y perejil) con champiñones A3 A8 18 17</p> <p>Fruta</p> <p>Ragut de magro con verduras</p>	<p>23 972 84 35 56</p> <p>Baba Ganoush con nachos A9 I11</p> <p>Aroz con verduras</p> <p>Fateh de pollo (en salsa) A9 15 11 18 17</p> <p>Natillas A9 I11 17</p> <p>- Pescado con chips de verduras. Fruta</p>	<p>24 833 98 25 37</p> <p>Montadito de queso de untar A1 A9 17 11</p> <p>Ensalada completa con atún A8 18 17</p> <p>Pasta (sin gluten/huevo/mostaza/soja) a la boloñesa gratinados A3 A9 A14</p> <p>Fruta</p> <p>- Bacalao con verduras. Fruta</p>
<p>27 675 76 27 29</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Arroz con sepietas y coliflor A4 A3 A8 A11 17 18</p> <p>Pechuga de pollo a las finas hierbas</p> <p>Fruta</p> <p>- Pavo asado con piña. Fruta</p>	<p>28 603 46 30 32</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Sopa de fideos (sin gluten/huevo) con garbanzos</p> <p>Merluza en salsa de tomate con judías verdes A8 16 17 18</p> <p>Fruta</p> <p>Tosta de tomate y atún</p>	<p>29 581 68 15 27</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Crema de calabaza con picatostes caseros A1</p> <p>Lomo adobado con mazorca de maíz 12 15 17 18</p> <p>Fruta</p> <p>- Wok de verduras con soja text. Fruta</p>	<p>30 659 94 25 17</p> <p>Ensalada con manzana</p> <p>Alubias blancas guisadas con verduras A3 110 16</p> <p>Pizza de york y queso A1 A9 A14 A10 18 15 17 12 11 16</p> <p>Fruta</p> <p>- Pescado con verduras al papillote. Fruta</p>	<p>31 687 86 37 19</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Espaguetis ecológicos con boloñesa vegetal (soja text.) A1 A14 A12 A13 16</p> <p>Rodaja de tomate con atún A8</p> <p>Fruta</p> <p>- Alas de pollo con boniato. 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 - gener

Colegio Virgen al Pie de la Cruz



<p>07 676 94 20 24</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Pasta (sense gluten/ou/soja/mostassa) a la napolitana A9</p> <p>Abadeio enfarinat cassolà A8 A1 A10 A14</p> <p>Fruita</p> <p>- Gratén de coliflor (pollastre i bacon). Fruita</p>	<p>08 633 72 22 27</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Olleta alicantina A3 A1 19 16 110</p> <p>Llom amb samfaina</p> <p>Fruita</p> <p>- Menestra amb ajitos i llomello. Fruita</p>	<p>09 632 65 28 30</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Crema de verdures d'hibern</p> <p>Daus de polit amb salsa de curri amb noddles (fideus d'arròs) A9 I11 17 15 18</p> <p>Iogurt artesà valencià A9 I11 17</p> <p>- Daurada a la planxa amb pimentons. Fruita</p>	<p>10 688 87 20 28</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Paella de tardor amb verdures i xampinyons</p> <p>Magre en salsa de ceba i carlota</p> <p>Fruita</p> <p>- Broqueta de salmó amb verdures. Fruita</p>	
<p>13 716 76 27 33</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Llentilles a la jardinera A1 A3 19 16</p> <p>Mandonguilles vegetals en salsa A3 A14 16</p> <p>Fruita</p> <p>- Bledes ofegades amb all</p>	<p>14 686 75 29 29</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Espaquetis (sense gluten/ou/mostassa/soja) amb salsa de carbassa gratinats A9</p> <p>Lluç al forn amb base de tomaca fregida casolana i ceba potxada A8 17 18</p> <p>Fruita</p> <p>- Pavo amb col al pebre roig. Fruita</p>	<p>15 667 62 28 32</p> <p>Hummus amb tires de pa amb oli i pimentó dolç A1 A3 16</p> <p>Guisat de creïlles, verdura i vedella A3 15 17 18 11 16</p> <p>Tosta de tomaca i formatge fresc A9 A1</p> <p>Fruita</p> <p>- Coliflor especiats amb tonyina. Fruita</p>	<p>16 625 67 25 28</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Sopa iuliana (fideus sense gluten/ou/mostassa/soja) A6</p> <p>Pollastre rostit a la mel amb creïlles 15 17 18</p> <p>Fruita</p> <p>- Crema de colfior i poma</p>	<p>17 829 92 26 39</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Arròs amb tomaca</p> <p>Salmó amb poma laminada A8 17 18</p> <p>Fruita</p> <p>- Magre amb cherry. Fruita</p>
<p>20 657 76 27 27</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Espaquetis (sense gluten/ou/mostassa/soja) amb tonyina i tomaca A8</p> <p>Llomello adobat amb formatge A9 A14</p> <p>Fruita</p> <p>- Creïlles farcides gratinades. Fruita</p>	<p>21 731 71 18 41</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Crema de carbasseta i carlota ECO</p> <p>"Cordon Bleu" amb creïlles A9 A1 A14 A6 17 15 18 16 111</p> <p>Fruita</p> <p>- Wok de vedella amb verdures thai. Fruita</p>	<p>22 716 70 44 28</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Llentilles de l'àvia A1 A3 18 12 15 17 16 19</p> <p>Gallineta amb salsa mery amb xampinyons A3 A8 18 17</p> <p>Fruita</p> <p>- Ragut de magre amb verdures</p>	<p>23 972 84 35 56</p> <p>Baba Ganoush amb natxos A9 I11</p> <p>Arròs amb verdures</p> <p>Fateh de pollastre (en salsa) A9 15 111 18 17</p> <p>Natilla A9 111 17</p> <p>- Peix al forn amb xips de verdures. Fruita</p>	<p>24 833 98 25 37</p> <p>Muntadet de formatge d'untar A1 A9 17 111</p> <p>Amanida completa amb tonyina A8 18 17</p> <p>Pasta (sense gluten/ou/mostassa/soja) a la bolonyesa gratinats A3 A9 A14</p> <p>Fruita</p> <p>- Bacallà amb verdures. Fruita</p>
<p>27 675 76 27 29</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Arròs amb sepies i coliflor A4 A3 A8 A11 17 18</p> <p>Pit de pollastre a les fines herbes</p> <p>Fruita</p> <p>- Gall d'indi amb pinya. Fruita</p>	<p>28 603 46 30 32</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Sopa de fideus (sense gluten/ou) amb cigrons</p> <p>Lluç amb salsa de tomaca i mongetes verdes A8 16 17 18</p> <p>Fruita</p> <p>- Tosta de tomaca natural i tonyina</p>	<p>29 581 68 15 27</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Crema de carabassa amb crostons casolans A1</p> <p>Llom adobat amb panolla de dacsa 12 15 17 18</p> <p>Fruita</p> <p>- Wok de verdures amb soja text. Fruita</p>	<p>30 659 94 25 17</p> <p>Amanida amb poma</p> <p>Guisat de fesols amb verdures A3 I10 16</p> <p>Pizza de york i formatge A1 A9 A14 A10 18 15 17 12 111 16</p> <p>Fruita</p> <p>- Peix amb verdures al "papillot". Fruita</p>	<p>31 687 86 37 19</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Espaguets ecològics amb bolonyesa vegetal (soja text.) A1 A14 A12 A13 16</p> <p>Rodanxa de tomaca amb tonyina A8</p> <p>Fruita</p> <p>- Ales de pollastre amb moniato. Fruita</p>

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 ovolactovegetariano I7 - No apto vegano

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