



RICOCHF



Menú basal - abril

Colegio Virgen al Pie de la Cruz



01 707 79 22 31 Ensalada con fruta Olleta alicantina A3 A1 I9 I6 I10 Tortilla francesa con chips de yuca A7 caseras I7 Fruta - Sandwich de queso, salmón y manzana. Fruta	02 713 88 31 27 Ensalada de verduras de temporada Gazpacho manchego (tortas cenceñas, pollo) A1 A3 I5 I7 I8 Merluza al horno con base de tomate frito casero y cebollita pochada A8 I7 I8 Fruta ecológica - Crema de puerros con panceta crispy. Fruta	03 849 99 26 38 Entrante de hummus de remolacha con nachos A3 I6 I6 Ensalada completa con sardinilla A8 I8 I7 Paella valenciana con alcachofas y pollo de campo I5 I6 I10 I7 I8 Yogur artesano valenciano A9 I11 I7 -Ensalada de arándanos, zanahoria, huevo y queso feta. Fruta	04 842 98 30 36 Ensalada con fruta Garbanzos con calabaza I6 Coca de titaina A1 A10 A14 A8 I7 I8 I6 Fruta - Dorada con jamón y pistachos. Fruta
--	--	--	---

07 632 71 27 26 Ensalada con fruta Arròs amb fessols i naps I2 I5 I6 I7 I8 I10 Huevos a la flamenca A7 I6 I7 Fruta - Lomo en salsa con ñoquis. Fruta	08 665 67 24 32 Ensalada de verduras de temporada Macarrones integrales con salsa de verduras gratinados A9 A1 A7 A3 A10 A14 I7 I11 I6 Fogonero con cebolla caramelizada y zanahoria A8 I8 I7 Fruta - Pavo con col al pimentón. Fruta	09 694 84 30 27 Ensalada valenciana (tomate, lechuga, cebolla y aceitunas) Crema mediterránea ECO con picatostes integrales caseros A1 Pollo al horno con patatas asadas tex-mex I5 I8 I7 Smoothie casero de plátano y fresas A9 I7 I11 - Wok de ternera con verduras thai. Fruta	10 782 69 37 40 Ensalada con fruta Lentejas de la abuela A1 I8 I2 I5 I7 I6 I9 Albóndigas a la santanderina A3 A9 A14 I2 I11 I5 I7 I8 I6 Fruta - Huevos rotos con salmón. Fruta	11 548 45 27 30 Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Marmitako de caballa A8 A3 A4 A11 I7 I8 Tortilla francesa con millojas de tomate y queso fresco A7 A9 I11 I7 Fruta - Boquerones rebozados con tomate aliñado. Fruta
--	---	---	--	---

14 573 54 35 23 Montadito integral de queso crema A1 A9 A7 I11 I7 Sopa de fideos ecológicos A1 I8 I5 I2 I7 Merluza con ajo y perejil y ensalada de tomate y aguacate A8 I8 I7 Fruta - Hamburguesa vegetal. Fruta	15 918 106 42 33 Ensalada con fruta Locro argentino I2 I5 I6 I10 I7 I8 Choripán A1 A3 A9 A14 I2 I11 I7 I8 I6 I5 Chocotorta A9 A1 A7 A10 A14 I6 I7 I11 - Bacalao gratinado con crema de calabaza. Fruta	16 880 101 29 39 Ensalada de verduras de temporada Arroz de secreto de cerdo I2 I5 I7 I8 Huevos rellenos (yema y tomate frito) A7 I7 POSTRE A9 A1 A7 A5 A13 A14 A10 I7 I6 I11 PASCUERO - Pollo con manzana asada y verduras. Fruta	FESTIVO FESTIU 	
--	--	---	---------------------------	--



29 862 92 24 45 Tomate, zanahoria, maíz y aceitunas Espaguetis a la carbonara A1 A7 A9 A10 A14 I8 I7 I5 I8 I2 I6 I11 Hamburguesa de coliflor y queso con mazorca de maíz A1 A7 A9 A12 I11 I7 Fruta - Bacalao gratinado con ensalada. Fruta	30 833 92 36 36 Ensalada con fruta Crema arcoiris de legumbres A1 I6 I9 Alitas de pollo adobadas al horno con patatas dado I7 I5 I8 Fruta ecológica - Migas de coliflor con huevo. Fruta	FESTIVO FESTIU 	
--	--	---------------------------	--



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 basal - abril

Colegio Virgen al Pie de la Cruz



<p>01 707 79 22 31</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Olleta alicantina A3 A1 I9 I6 I10</p> <p>Truita francesa amb xips de iuca casolanes A7 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Sandvitx de formatge, salmó i poma. Fruita</p>	<p>02 713 88 31 27</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Gaspaxo manxec A1 A3 I5 I7 I8</p> <p>Lluç al forn amb base de tomaca fregida casolana i ceba potxada A8 I7 I8</p> <p>Fruita ecològica</p> <p>- Crema de porros amb cansalada crispy. Fruita</p>	<p>03 849 99 26 38</p> <p>Entrant d'humus de remolatxa amb natxos A3 I6 I6</p> <p>Amanida completa amb sardines A8 I8 I7</p> <p>Paella valenciana amb carxofes i pollastre de camp I5 I6 I10 I7 I8</p> <p>Iogurt artesà valencià A9 I11 I7</p> <p>-Ensalada de nabius, carlota, ou i formatge feta. Fruita</p>	<p>04 842 98 30 36</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Cigrons amb carabassa I6</p> <p>Coca de titaina A1 A10 A14 A8 I7 I8 I6</p> <p>Fruita</p> <p>- Daurada amb pernil i pistatxos. Fruit</p>
<p>07 632 71 27 26</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Arròs amb fesols i naps I2 I5 I6 I7 I8 I10</p> <p>Ous a la flamenca A7 I6 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Llom en salsa amb nyoquis. Fruita</p>	<p>08 665 67 24 32</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Macarrons integrals amb salsa de verdures gratinats A9 A1 A7 A3 A10 A14 I7 I11 I6</p> <p>Fogoner amb ceba caramel·litzada i carlota A8 I8 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Pavo amb col al pebre roig. Fruita</p>	<p>09 694 84 30 27</p> <p>Ensalada valenciana (tomaca, encisam, ceba i olives)</p> <p>Crema mediterrània ECO amb crostons integrals casolans A1</p> <p>Pollastre al forn amb crelles torrades tex-mex I5 I8 I7</p> <p>Smoothie casolà de plàtan i maduixes A9 I7 I11</p> <p>- Wok de vedella amb verdures thai. Fruita</p>	<p>10 782 69 37 40</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Llenties de l'àvia A1 I8 I2 I5 I7 I6 I9</p> <p>Mandonguilles a la santanderina A3 A9 A14 I2 I11 I5 I7 I8 I6</p> <p>Fruita</p> <p>- Ous trencats amb salmó. Fruita</p>
<p>14 573 54 35 23</p> <p>Torrada integral de formatge crema A1 A9 A7 I11 I7</p> <p>Sopa de fideus ECO A1 I8 I5 I2 I7</p> <p>Lluç al forn amb amanida de tomaca i alvocat A8 I8 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Hamburguesa vegetal. Fruita</p>	<p>15 918 106 42 33</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Locro argentí I2 I5 I6 I10 I7 I8</p> <p>Choripán A1 A3 A9 A14 I2 I11 I7 I8 I6 I5</p> <p>Biscuit argentí "Xocotorta" A9 A1 A7 A10 A14 I6 I7 I11</p> <p>- Bacallà gratinat amb crema de carabassa. Fruita</p>	<p>16 880 101 29 39</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Arròs de secret de porc I2 I5 I7 I8</p> <p>Ou farcits (rovells i tomata fregida) A7 I7</p> <p>POSTRES DE PASQUA A9 A1 A7 A5 A13 A14 A10 I7 I6 I11</p> <p>- Pollastre amb poma i verdures. Fruita</p>	<p>FESTIVO FESTIU</p>
<p>21 0 0 0 0</p> <p>BONES VACANCES</p> <p>FESTIVO FESTIU</p>	<p>HAPPY easter</p>	<p></p>	<p></p>
<p>FESTIVO FESTIU</p>	<p>29 862 92 24 45</p> <p>Tomaca, carlota, blat de moro i olives</p> <p>Espaguetis a la carbonara A1 A7 A9 A10 A14 I8 I7 I5 I8 I2 I6 I11</p> <p>Hamburguesa de colflor i formatge amb panotxa de dacsa A1 A7 A9 A12 I11 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Bacallà gratinat amb amanida. Fruita</p>	<p>30 833 92 36 36</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Crema arc de Sant Martí de llegum" A1 I6 I9</p> <p>Aletes de pollastre adobades al forn amb crelles dau I7 I5 I8</p> <p>Fruita ecològica</p> <p>- Molles de coliflor amb ous. Fruita</p>	<p>EGG HUNT</p> <p></p>

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 a la 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

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