



RICOCHF



Menú sin huevos - abril

Colegio Virgen al Pie de la Cruz



<b>01</b> 707 79 22 31 Ensalada con fruta Olleta alicantina A3 A1 I9 I6 I10 <b>Salmón con chips de yuca caseras</b> A8 Fruta	<b>02</b> 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	<b>03</b> 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	<b>04</b> 842 98 30 36 Ensalada con fruta Garbanzos con calabaza I6 Coca de titaina A1 A10 A14 A8 I7 I8 I6 Fruta
--	--	--	--

- Sandwich de queso, salmón y manzana. Fruta  
- Crema de puerros con panceta críspy. Fruta  
Ensalada César con pollo y queso  
- Dorada con jamón y pistachos. Fruta

<b>07</b> 632 71 27 26 Ensalada con fruta Arròs amb fesols i naps I2 I5 I6 I7 I8 I10 <b>Guisantes salteados con tomate, cebolla y bacon</b> A9 A14 Fruta
--

<b>08</b> 665 67 24 32 Ensalada de verduras de temporada <b>Macarrones (sin gluten/huevo/soja/mostaza con salsa de verduras)</b> Fogonero con cebolla caramelizada y zanahoria A8 I8 I7 Fruta
---

<b>09</b> 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
--

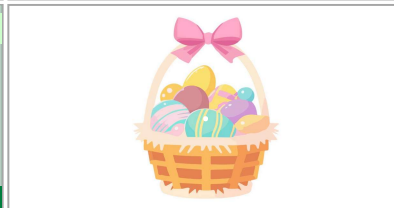
<b>10</b> 782 69 37 40 Ensalada con fruta Lentejas de la abuela A1 I8 I2 I5 I7 I6 I9 Albóndigas a la santanderina A3 A9 A14 I2 I11 I5 I7 I8 I6 Fruta
--

<b>11</b> 548 45 27 30 Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Marmitako de caballa A8 A3 A4 A11 I7 I8 <b>Tosta de tomate y queso fresco</b> A9 A1 Fruta
--

<b>14</b> 573 54 35 23 <b>Montadito integral de tomate</b> A1 Sopa de fideos ecológicos A1 I8 I5 I2 I7 Merluza con ajo y perejil y ensalada de tomate y aguacate A8 I8 I7 Fruta Champiñones y calabacín rehogados con soja texturizada (V)
---

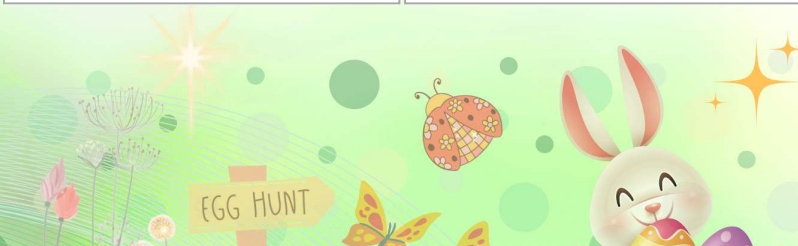
<b>15</b> 918 106 42 33 Ensalada con fruta Locro argentino I2 I5 I6 I10 I7 I8 Choripán A1 A3 A9 A14 I2 I11 I7 I8 I6 I5 <b>Postre especial (sin gluten/lácteo/huevo/frutos secos/soja)</b> - Bacalao gratinado con crema de calabaza. Fruta
---

<b>16</b> 880 101 29 39 Ensalada de verduras de temporada Arroz de secreto de cerdo I2 I5 I7 I8 <b>Dados de queso con pisto</b> A9 <b>Yogur</b> A9 - Pollo con manzana asada y verduras. Fruta
---



<b>29</b> 862 92 24 45 Tomate, zanahoria, maíz y aceitunas <b>Españoles (sin gluten/huevo/mostaza/soja) a la carbonara vegetal</b> A9 <b>Hamburguesa 100% pollo con mazorca de maíz</b> Fruta - Bacalao con verduras. Fruta
--

<b>30</b> 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 Brócoli gratinado
---



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 - Lácteo A10 - Mostaza A11 - Crustáceo 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



RICOCHF



Menú sense ous - abril

Colegio Virgen al Pie de la Cruz



<p><b>01</b> 707 79 22 31</p> <p>Amanida amb fruita          Olleta alicantina A3 A1 I9 I6 I10  <b>Salmó amb xips de iuca casolanes</b> A8          Fruita</p> <p>- Sandvitx de formatge, salmó i poma. Fruita</p>	<p><b>02</b> 713 88 31 27</p> <p>Amanida de verdures de temporada          Gaspatxo manxec A1 A3 I5 I7 I8          Lluç al forn amb base de tomaca fregida A8          casolana i ceba potxada I7 I8          Fruita ecològica</p> <p>- Crema de porros amb cansalada crispy. Fruita</p>	<p><b>03</b> 849 99 26 38</p> <p>Entrant d'humus de remolatxa amb natxos A3 I6 I6          Amanida completa amb sardines A8 I8 I7          Paella valenciana amb carxofes i pollastre de camp I5 I6 I10 I7 I8          Iogurt artesà valencià A9 I11 I7</p> <p>Amanida Cèsar amb pollastre i formatge</p>	<p><b>04</b> 842 98 30 36</p> <p>Amanida amb fruita          Cigrons amb carabassa I6          Coca de titaina A1 A10 A14 A8 I7 I8 I6          Fruita</p> <p>- Daurada amb pernil i pistatxos. Fruit</p>
<p><b>07</b> 632 71 27 26</p> <p>Amanida amb fruita          Arròs amb fessols i naps I2 I5 I6 I7 I8 I10  <b>Pèsols saltejats amb tomata, ceba i bacó</b> A9 A14          Fruita</p> <p>- Llom en salsa amb nyoquis. Fruita</p>	<p><b>08</b> 665 67 24 32</p> <p>Amanida de verdures de temporada  <b>Macarrons (sense gluten/ou/soja/mostassa) amb salsa de verdures</b>          Fogoner amb ceba caramel·litzada i carlota A8 I8 I7          Fruita</p> <p>- Pavo amb col al pebre roig. Fruita</p>	<p><b>09</b> 694 84 30 27</p> <p>Ensalada valenciana (tomaca, encisam, ceba i olives)          Crema mediterrània ECO amb crostons integrals casolans A1          Pollastre al forn amb creïlles torrades I5 I8 I7          tex-mex          Smoothie casolà de plàtan i maduixes A9 I7 I11</p> <p>- Wok de vedella amb verdures thai. Fruita</p>	<p><b>10</b> 782 69 37 40</p> <p>Amanida amb fruita          Llentilles de l'àvia A1 I8 I2 I5 I7 I6 I9          Mandonguilles a la santanderina A3 A9 A14 I2 I11 I5 I7 I8 I6          Fruita</p> <p>- Salmó a la planxa amb verdures. Fruita</p>
<p><b>14</b> 573 54 35 23</p> <p><b>Montadet integral de tomaca</b> A1          Sopa de fideus ECO A1 I8 I5 I2 I7          Lluç al forn amb amanida de tomaca i alvocat A8 I8 I7          Fruita          Xampinyons i carabasseta saltejats amb soia texturitzada (V)</p>	<p><b>15</b> 918 106 42 33</p> <p>Amanida amb fruita          Locro argentí I2 I5 I6 I10 I7 I8          Choripán A1 A3 A9 A14 I2 I11 I7 I8 I6 I5  <b>Postres especials (sense gluten/lacti/ou/fruitsa seca/soja)</b>          - Bacallà gratinat amb crema de carabassa. Fruita</p>	<p><b>16</b> 880 101 29 39</p> <p>Amanida de verdures de temporada          Arròs de secret de porc I2 I5 I7 I8  <b>Daus de formatge amb samfaina</b> A9  <b>Iogurt</b> A9</p> <p>- Pollastre amb poma i verdures. Fruita</p>	<p><b>FESTIVO FESTIU</b></p>
<p><b>21</b> 0 0 0 0</p> <p>BONES VACANCES</p> <p><b>FESTIVO FESTIU</b></p>			
<p><b>29</b> 862 92 24 45</p> <p>Tomaca, carlota, blat de moro i olives  <b>Espaguetis (sense gluten/ou/mostassa/soja) a la carbonara vegetal</b> A9  <b>Hamburguesa 100% pollastre amb panotxa de dacsa</b>          Fruita</p> <p>- Bacallà amb verdures. Fruita</p>	<p><b>30</b> 833 92 36 36</p> <p>Amanida amb fruita          Crema arc de Sant Martí de llegum" A1 I6 I9          Aletes de pollastre adobades al forn amb creïlles dau I7 I5 I8          Fruita ecològica</p> <p>Brocoli gratinat</p>	<p><b>FESTIVO FESTIU</b></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·lisc A5 - Cacauet A6 - Api A7 - Ous A8 - Peix A9 - Lacti A10 - Mostassa A11 - Crustaci A12 - Sèsam A13 - Fruits de closca A14 - Soja

I10 - Quilocalories I11 - Proteïnes I12 - Carbohidrats I13 - Greixos

I14 - Alubias I15 - APLV I16 - Carne I17 - Cerdó I18 - Legumbres I19 - Lentejas I20 - No apto ovo-lacto-vegetariano I21 - No apto vegano

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