



RICOCHF

Menú sin gluten - diciembre

Colegio Virgen al Pie de la Cruz



01 794 81 26 40

Pasta (sin aluten/huevo/soja/mostaza) a la napolitana A9

Lomo de cerdo (cinta) en salsa 17 12 15 18

Guarnición: ensalada ecológica

Fruta de temporada

- Hervido valenciano con huevo poché. Fruta

02 823 94 32 36

Guisado de patata con verduras A3

Merluza enharinada casera maicena (sin gluten) A8 A4 A11

Guarnición: judías verdes salteadas 16

Fruta de temporada ecológica

- Crema de puerros con panceta crispy. Fruta

03 670 88 29 19

Alubias blancas guisadas con verduras A3 I10 16

Pizza (sin gluten) de jamón york y queso A9

Guarnición: ensalada de temporada

Fruta de temporada

- Salmón con verduras. Fruta

04 690 52 35 36

Crema de guisantes con huevo picado A7 A3 17 16

Pollo al chilindrón (con salsa casera de pimiento, tomate y cebolla) 17 18 15

Guarnición: patatas panaderas (al horno)

Cuajada A9 I11 17

- Tortilla y berenjena con burrata. Fruta

05 703 92 23 25

Paella valenciana con alcachofas 15 17 18 16 110

Revuelto del chef A7 17

Guarnición: ensalada de temporada

Fruta de temporada

- Ensalada de patata. Fruta

FESTIVO

RICOCHF

FESTIU

09 651 67 28 29

Potaje de garbanzos con verduras A3 16

Tortilla de atún A8 A7 18 17

Guarnición: ensalada de temporada

Fruta de temporada

- Sopa de fideos y alitas de pollo. Fruta

10 523 37 22 31

Guisado de patatas (sin majado) A3

Merluza en salsa de tomate y cebolla A8 A4 A11 17 18

Guarnición: guisantes salteados 16

Yogur natural A9 I11 17

- Crema de zanahoria y tortilla. Fruta

11 836 109 35 27

Arroz con costra (con embutido alicantino) A3 A9 A7 A14 A13 I11 12 15 17 18 16

Panini casero (sin aluten) de taquitos de pavo, tomate y queso A9

Guarnición: ensalada de temporada

Fruta de temporada

- Coliflor especiada con atún. Fruta

12 657 75 28 27

Sopa de pescado con fideos (sin gluten/huevo/mostaza/soja) A3 A4 A11 A8

Lágrimas de pollo caseras (maicena)

Guarnición: cascots de patata asada

Fruta de temporada ecológica

- Salmón con calabacín. Fruta

15 722 90 37 24

Hervido valenciano (patata, zanahoria, cebolla y judía verde)

Salmón al horno al eneldo, miel y naranja A8 18 17

Guarnición: ensalada de temporada

Fruta de temporada

Wok de pollo sin salsa de soja

16 630 61 28 30

Arroz de verduras

Huevo duro A7 17 17

Guarnición: pisto casero

Yogur natural A9 I11 17

- Lomo con parrillada de verduras. Fruta

17 571 83 26 14

Crema de calabaza ECO

Quesadilla (tortita de maíz de maíz y queso) A9

Guarnición: ensalada de temporada

Fruta de temporada

- Hervido valenciano con huevo poché. Fruta

18 687 66 38 25

Alubias blancas guisadas con verduras A3 I10 16

Contramuslo de pollo asado a la manzana 15 18 17

Guarnición: champiñones salteados

Fruta de temporada

- Bacalao gratinado con ensalada. Fruta

19 694 74 27 27

Españoles (sin gluten/huevo/mostaza/soja) a la carbonara A9

Tortilla francesa A7 17

Guarnición: guisantes salteados 16

Fruta de temporada

- Berenjena rellena. Fruta

22 893 77 40 45

Sopa de fideos (sin gluten/huevo/mostaza/soja)

Hamburguesa completa (con pan sin gluten) A9 A14

Guarnición: patatas fritas

Postre especial (sin aluten/lácteo/huevo/frutos secos/mostaza/soja)

- Merluza con patatas y espárragos. Fruta

La recomendación de cena son los platos detallados en la franja azul inferior. El menú diario va acompañado de una ración de pan, ofreciéndose pan integral mínimo 2 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 ovolactovegetariano I7 - No apto vegano

RICOCHF - B40585887 - 963 976 520 | nutricion@ricochef.es - C/ Séquia De Benàger, 25 - 46210 Picanya, Valencia





RICOCHF

Menú sense gluten - desembre

Colegio Virgen al Pie de la Cruz



01 794 81 26 40

Pasta (sense gluten/ou/soja/mostassa) a la napolitana A9
Llom de porc amb salsa 17 12 15 18
Guarnició: amanida ecològica
Fruita de temporada

- Bullit valencià amb ou poché. Fruita

02 823 94 32 36

Guisat de creïlla amb verdures A3
Lluc enfarinat casolà maicena (sense gluten) A8 A4 A11
Guarnició: Mongetes verdes saltejades 16
Fruita de temporada ecològica

- Crema de porros amb cansalada cruixent. Fruita

03 670 88 29 19

Guisat de fesols amb verdures A3 110 16
Pizza (sense gluten) de york i formatge A9
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada

- Salmó amb verdures. Fruita

04 690 52 35 36

Crema de pèsols amb ou A7 A3 17 16
Picat
Pollastre al xilindró (amb salsa casolana de pebrot, tomaca i ceba) 17 18 15
Guarnició: creïlles forneres (al forn)
Quallada A9 111 17

- Trita i albergínia amb burrata. Fruita

05 703 92 23 25

Paella valenciana amb carxofes 15 17 18 16 110
Regirat del xef A7 17
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada

- Amanida de creïlla. Fruita



09 651 67 28 29

Potatge de cigrons amb verdures A3 16
Trita de tonyina A8 A7 18 17
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada

- Sopa de fideus i ales de pollastre. Fruita

10 523 37 22 31

Guisat de creïlles (sense picada) A3
Lluç amb salsa de ceba i tomaca A8 A4 A11 17 18
Guarnició: pèsols saltats 16
Iogurt natural A9 111 17

- Crema de carlota i truita. Fruita

11 836 109 35 27

Arròs amb costra (amb embotit alacantí) A3 A9 A7 A14 A13 111 12 15 17 18 16
Panini casolà (sense gluten) de dauets de titot, tomaca i formatge A9
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada

- Coliflor especiats amb tonyina. Fruita

12 657 75 28 27

Sopa de neix amb fideus (sense gluten/ou/mostassa/soja) A3 A4 A11 A8
Llàgrimes de pollastre casolanes (maicena)
Guarnició: cascs de creïlla rostida
Fruita de temporada ecològica

- Salmó amb carabasseta. Fruita

15 722 90 37 24

Bollit valencià (creïlla, carlota, ceba i batxoqueta)
Salmó al forn a l'anet, mel i taronja A8 18 17
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada

Wok de pollastre 14-02-2022

16 630 61 28 30

Arròs de verdures
Ou dur A7 17 17
Guarnició: samfaina cassolana
Iogurt natural A9 111 17

- Llom amb graellada de verdures. Fruita

17 571 83 26 14

Crema de carabassa ECO
Quesadilla (torteta de blat de moro) de blat de moro i formatge A9
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada

- Bullit valencià amb ou poché. Fruita

18 687 66 38 25

Guisat de fesols amb verdures A3 110 16
Cua de pollastre al forn amb poma 15 18 17
Guarnició: xampinyons saltejats
Fruita de temporada

- Bacallà gratinat amb amanida. Fruita

19 694 74 27 27

Espaguets (sense gluten/ou/mostassa/soja) a la carbonara A9
Trita francesa A7 17
Guarnició: pèsols saltats 16
Fruita de temporada

- Albergínia farcida. Fruita

22 893 77 40 45

Sopa de fideus (sense gluten/ou/mostassa/soja)
Hamburguesa completa (amb pa sense gluten) A9 A14
Guarnició: creïlles fregides
Postres especials (sense gluten/lacti/ou/fruits secs/mostassa/soja)

- Lluç amb creïlles i espàrrecs. Fruita

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 per setmana

A1 - Gluten A2 - Tramús A3 - Diòxid de sofre i sulfits A4 - Mol·lisc A5 - Cacaüet A6 - Api A7 - Ous A8 - Peix A9 - Lacti A10 - Mostassa A11 - Crustaci A12 - Sesam A13 - Fruits de closca A14 - Soja

110 - Alubias 111 - APLV 15 - Carne 12 - Cerdo 16 - Legumbres 19 - Lentejas 18 - No apto ovolactovegetariano 17 - No apto vegano

RICOCHF - B4058587 - 963 976 520 | nutricion@ricochef.es - C/ Séquia De Benàger, 25 - 46210 Picanya, Valencia

