



RICOCHF



Menú sin huevos - 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 (patata, zanahoria, cebolla y judía verde)

02 823 94 32 36

Lentejas ecológicas de la abuela A3 A1 I2 I5 I7 18 19 16

Merluza enharinada casera A1 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 de york y queso A1 A9 A14 A10 I5 I7 I2 16 18 111

Guarnición: ensalada de temporada

Fruta de temporada

- Salmón con verduras. Fruta

04 690 52 35 36

Crema de guisantes y puerro A3

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

Guarnición: patatas panaderas (al horno)

Cuajada A9 I11 I7

Ragut de magro con verduras

05 703 92 23 25

Paella valenciana con alcachofas 15 17 18 16 110

Wok vegetal con taquitos de queso fresco A14 A1 A9

Guarnición: ensalada de temporada

Fruta de temporada

- Cous cous vegetal. Fruta



09 651 67 28 29

Potaje de garbanzos con verduras A3 I6

Rodaja de tomate con atún A8

Guarnición: ensalada de temporada

Fruta de temporada

- Sopa de fideos y alitas de pollo. Fruta

10 523 37 22 31

Guisado de patatas con majado A3 A1 A2 A5 A9 A10 A13 A14 I6 I11

Merluza en salsa de tomate y cebolla A8 A4 A11 I7 18

Guarnición: guisantes salteados 16

Yogur natural A9 I11 I7

Crema de zanahoria y carne blanca

11 836 109 35 27

Paella de pollo

Panini casero de taquitos de pavo, tomate y queso A1 A9 I5 18 17

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

Pollo crujiente horneado A1 A14 I6 I8 I7 15

Guarnición: cascós de patata asada

Fruta de temporada ecológica

- Salmón con calabacín. Fruta

15 722 90 37 24

Lentejas con verduras ECO A1 A3 I6 I9

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

Guarnición: ensalada de temporada

Fruta de temporada

- Wok de pollo con verduras. Fruta

16 630 61 28 30

Arroz de verduras

Magro en salsa de cebolla y zanahoria

Guarnición: pisto casero

Yogur natural A9 I11 I7

- Lomo con parrillada de verduras. Fruta

17 571 83 26 14

Crema de calabaza ECO

Fajitas con boloñesa vegetal (soja texturizada) A14 A12 A1 A13 16

Guarnición: ensalada de temporada

Fruta de temporada

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

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 con verduras. Fruta

19 694 74 27 27

Esoquetis (sin aluten/huevo/mostaza/soja) a la carbonara vegetal A9

Lomo a las finas hierbas A14

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 casero) A14 A9 A1

Guarnición: patatas fritas

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

- Merluza con patatas y espárragos. Fruta

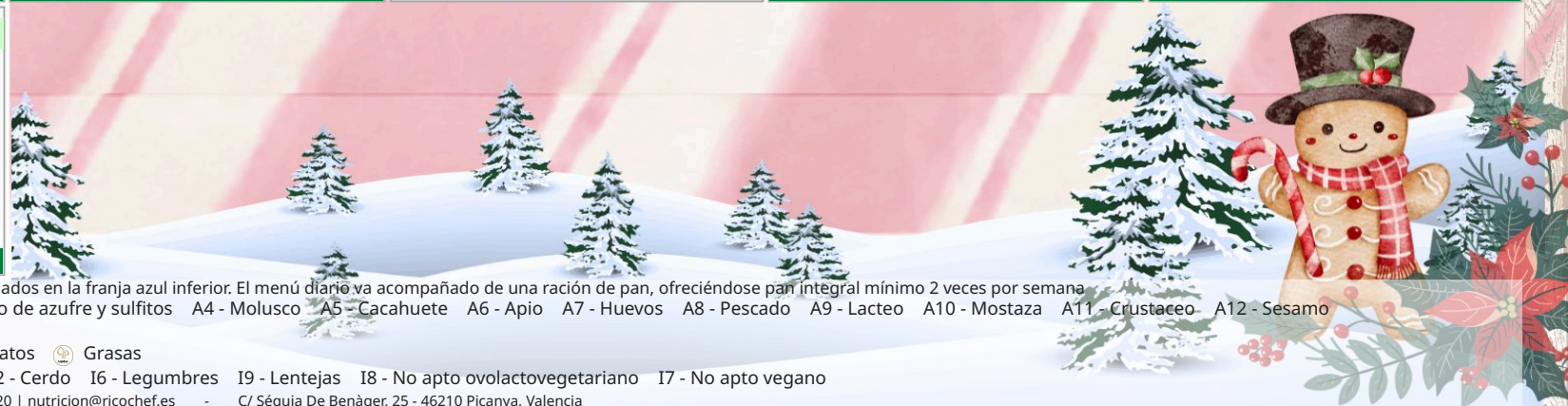
La recomendación de cena son los platos detallados en la franja azul inferior. El menú diario va acompañado de una ración de pan, ofreciéndose pan integral mínimo 2 veces por semana

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 ous - 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

Bollit valencià (creïlla, carlota, ceba i batxoqueta)

02 823 94 32 36

Llenties ecològiques A3 A1 12 15 17
de la iaia 18 19 16

Lluç enfarinat cassolà A1 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 de york i A1 A9 A14 A10 15 17
formatge 12 16 18 11

Guarnició: amanida de temporada

Fruita de temporada

- Salmó amb verdures. Fruita

04 690 52 35 36

Crema de pèsols i porro A3

Pollastre al xilindró (amb salsa 17
casolana de pebrot, tomaca i ceba) 18 15

Guarnició: creïlles forneres (al forn)

Quallada A9 111 17

Ragut de magre amb verdures

05 703 92 23 25

Paella valenciana amb 15 17 18 16
carxofes 110

Wok de vegetals amb daus de A14 A1
formatge fresc A9

Guarnició: amanida de temporada

Fruita de temporada

- Cous cous vegetal. Fruita



09 651 67 28 29

Potatge de cigrons amb verdures A3 16

Rodanxa de tomaca amb tonyina A8

Guarnició: amanida de temporada

Fruita de temporada

- Sopa de fideus i ales de pollastre. Fruita

10 523 37 22 31

Guisat de creïlles A3 A1 A2 A5 A9 A10
amb picada A13 A14 16 11

Lluç amb salsa de ceba i A8 A4 A11
tomaca 17 18

Guarnició: pèsols saltats 16

Iogurt natural A9 111 17

17 571 83 26 14

Crema de carabassa ECO

Fajites amb bolonyesa A14 A12
vegetal (soja texturitzada) A1 A13 16

Guarnició: amanida de temporada

Fruita de temporada

Bollit valencià (creïlla, carlota, ceba i batxoqueta)

11 836 109 35 27

Paella de pollastre

Panini casolà de dauets de A1 A9
titot, tomaca i formatge 15 18 17

Guarnició: amanida de temporada

Fruita de temporada

- Coliflor especiats amb tonyina. Fruita

12 657 75 28 27

Sopa de peix amb fideus (sense A3 A4
gluten/ou/mostassa/soja) A11 A8

Pollastre cruixent al A1 A14 16 18 17
forn 15

Guarnició: cascs de creïlla rostida

Fruita de temporada ecològica

- Salmó amb carabasseta. Fruita

15 722 90 37 24

Llenties amb verdures ECO A1 A3 16 19

Salmó al forn a l'anet, mel i A8 18
taronja 17

Guarnició: amanida de temporada

Fruita de temporada

- Wok de pollastre amb verdures. Fruita

16 630 61 28 30

Arròs de verdures

Magre en salsa de ceba i carlota

Guarnició: samfaina cassolana

Iogurt natural A9 111 17

- Llom amb graellada de verdures. Fruita

18 687 66 38 25

Guisat de fesols amb verdures A3 110 16

Cua de pollastre al forn amb 15 18
poma 17

Guarnició: xampinyons saltejats

Fruita de temporada

- Bacallà amb verdures. Fruita

19 694 74 27 27

Espaguetis (sense gluten/ou/mostassa/soja) a la A9
carbonara vegetal

Llom a les fines herbes A14

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 A14 A9
pa cassolà) A1

Guarnició: creïlles fregides

Postres especials (sense gluten/lacti/ou/fruïta seca/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·lusc A5 - Cacauet A6 - Api A7 - Ous A8 - Peix A9 - Lacti A10 - Mostassa A11 - Crustaci A12 - Sesam A13 - Fruïts de closca A14 - Soja

Quilocalories Proteïnes Carbohidrats Greixos

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

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

