



RICOCHF

Menú sin lacteo - diciembre

Colegio Virgen al Pie de la Cruz



01 794 81 26 40

Macarrones a la napolitana (sin queso) A1 A7
Lomo de cerdo (cinta) en salsa I7 I2 I5 I8
Guarnición: ensalada ecológica
Fruta de temporada

- Hervido valenciano con huevo poché. Fruta

02 823 94 32 36

Lentejas ecológicas de la abuela A3 A1 I2 I5 I7 I8 I9 I6
Merluza enharinada casera A1 A8 A4 A11
Guarnición: judías verdes salteadas I6
Fruta de temporada ecológica

Crema de puerros y patata

03 670 88 29 19

Alubias blancas guisadas con verduras A3 I10 I6
Pizza de fiambre de pavo y tomate (sin queso) A1
Guarnición: ensalada de temporada
Fruta de temporada

- Salmón con verduras. Fruta

04 690 52 35 36

Crema de guisantes con huevo picado A7 A3 I7 I6
Pollo al chilindrón (con salsa casera de pimiento, tomate y cebolla) I7 I8 I5
Guarnición: patatas panaderas (al horno) "Alpro" soja natural A14 A13 A1

Tortilla de berenjena

05 703 92 23 25

Paella valenciana con alcachofas I5 I7 I8 I6 I10
Revuelto del chef A7 I7
Guarnición: ensalada de temporada
Fruta de temporada

- Cous cous vegetal. Fruta



09 651 67 28 29

Potaje de garbanzos con verduras A3 I6
Tortilla de atún A8 A7 I8 I7
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 I7 I8
Guarnición: guisantes salteados I6
"Alpro" soja natural A14 A13 A1

- Crema de zanahoria y tortilla. Fruta

11 836 109 35 27

Paella de pollo
Panini casero de taquitos de pavo y tomate (sin queso) A1
Guarnición: ensalada de temporada
Fruta de temporada

- Coliflor especiada con atún. Fruta

12 657 75 28 27

Sopa de pescado con estrellitas A8 A3 A4 A11 A1 A7 A10 A14 I6 I7 I8
Pollo crujiente horneado A1 A14 I6 I8 I7 I5
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 I8 I7
Guarnición: ensalada de temporada
Fruta de temporada

- Wok de pollo con verduras. Fruta

16 630 61 28 30

Arroz de verduras
Huevo duro A7 I7 I7
Guarnición: pisto casero
"Alpro" soja natural A14 A13 A1

- 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 I6
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 I6
Contramuslo de pollo asado a la manzana I5 I8 I7
Guarnición: champiñones salteados
Fruta de temporada

- Bacalao gratinado con ensalada. Fruta

19 694 74 27 27

Ensaladas integrales con tomate y atún A8 A1 A7 A10 A14
Tortilla francesa A7 I7
Guarnición: guisantes salteados I6
Fruta de temporada
Cascos de Patatas rellenas de carne picada de pollo (sin queso)

22 893 77 40 45

Sopa de Navidad (con pasta maravilla) A1 A10 A14 A7 I8 I5 I7 I2 I6
Hamburguesa 100% pollo completa (sin queso) con pan blanco
Guarnición: patatas fritas
Postre especial (sin lácteos) A7 A1
Merluza a la marinera con salsa de guisantes

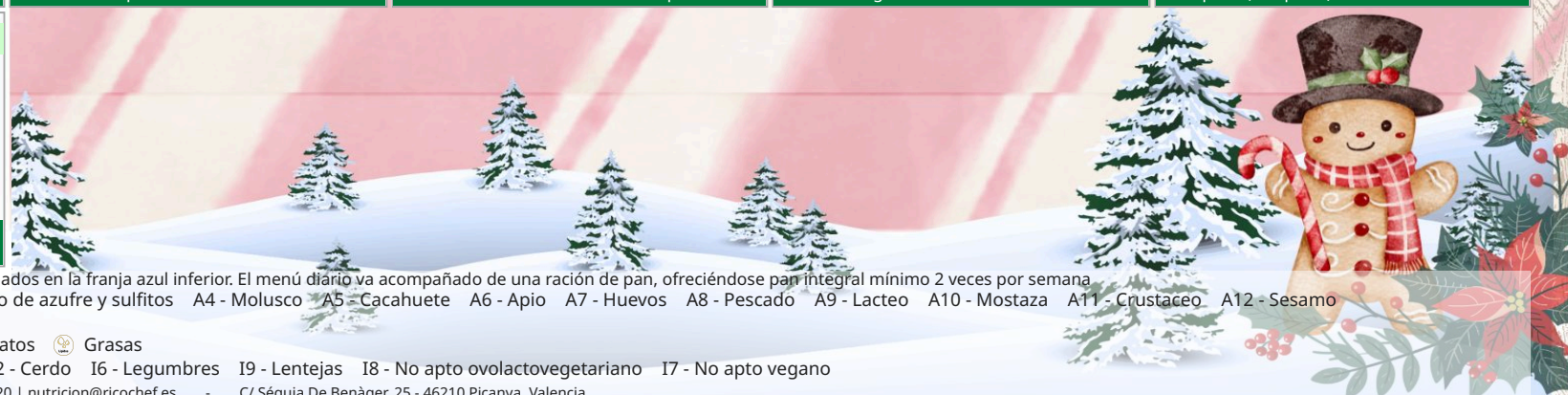
La recomendación de cena son los platos detallados en la franja azul inferior. El menú diario va acompañado de una ración de pan, ofreciéndose pan integral mínimo 2 veces por semana

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 ovo-lacto-vegetariano I7 - No apto vegano

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





RICOCHF

Menú sense lacti - desembre

Colegio Virgen al Pie de la Cruz



01 794 81 26 40

Macarrons a la napolitana (sense formatge) A1 A7
Llom de porc amb salsa I7 I2 I5 I8
Guarnició: amanida ecològica
Fruita de temporada

- Bullit valencià amb ou poché. Fruita

02 823 94 32 36

Llenties ecològiques A3 A1 I2 I5 I7
de la iaia I8 I9 I6
Lluç enfarinat cassolà A1 A8 A4 A11
Guarnició: Mongetes verdes saltejades I6
Fruita de temporada ecològica

Crema de porros i creïlla

03 670 88 29 19

Guisat de fesols amb verdures A3 I10 I6
Pizza de titot i tomaca (Sense formatge) A1
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada

- Salmó amb verdures. Fruita

04 690 52 35 36

Crema de pèsols amb ou A7 A3 I7
picat I6
Pollastre al xilindró (amb salsa I7
casolana de pebrot, tomaca i ceba) I8 I5
Guarnició: creïlles forneres (al forn)
"Alpro" soja natural A14 A13 A1

Truita d'albergina

05 703 92 23 25

Paella valenciana amb I5 I7 I8 I6
carxofes I10
Regirat del xef A7 I7
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada

- Cous cous vegetal. Fruita



09 651 67 28 29

Potatge de cigrons amb verdures A3 I6
Truita de tonyina A8 A7 I8 I7
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 A8 A4 A11
tomaca I7 I8
Guarnició: pèsols saltats I6
"Alpro" soja natural A14 A13 A1

- Crema de carlota i truita. Fruita

11 836 109 35 27

Paella de pollastre
Panini casolà de dauets de titot i tomaca (sense formatge) A1
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada

- Coliflor especiats amb tonyina. Fruita

12 657 75 28 27

Sopa de peix A8 A3 A4 A11 A1 A7
amb estreletes A10 A14 I6 I7 I8
Pollastre cruixent al A1 A14 I6 I8 I7
forn I5
Guarnició: cascs de creïlla rostida
Fruita de temporada ecològica

- Salmó amb carabasseta. Fruita

15 722 90 37 24

Llenties amb verdures ECO A1 A3 I6 I9
Salmó al forn a l'anet, mel i A8 I8
taronja I7
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada

- Wok de pollastre amb verdures. Fruita

16 630 61 28 30

Arròs de verdures
Ou dur A7 I7 I7
Guarnició: samfaina cassolana
"Alpro" soja natural A14 A13 A1

- Llom amb graellada de verdures. Fruita

17 571 83 26 14

Crema de carabassa ECO
Fajites amb bolonyesa A14 A12
vegetal (soja texturitzada) A1 A13 I6
Guarnició: amanida de temporada
Fruita de temporada

- Bullit valencià amb ou poché. Fruita

18 687 66 38 25

Guisat de fesols amb verdures A3 I10 I6
Cua de pollastre al forn amb I5 I8
poma I7
Guarnició: xampinyons saltejats
Fruita de temporada

- Bacallà gratinat amb amanida. Fruita

19 694 74 27 27

**Espaguetis integrals amb A8 A1 A7
tomàquet i tonyina** A10 A14
Truita francesa A7 I7
Guarnició: pèsols saltats I6
Fruita de temporada
Creïlles farcides de carn picada de pollastre (sense formatge)

22 893 77 40 45

Sopa de Nadal (amb A1 A10 A14 A7
pasta meravel·la) I8 I5 I7 I2 I6
Hamburguesa 100% pollastre completa (sense formatge) amb pa blanc
Guarnició: creïlles fregides
Postres especials (sense lactis) A7 A1
Lluç a la marinera amb salsa de pèsols

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 - Cacauet A6 - Api A7 - Ous A8 - Peix A9 - Lacti A10 - Mostassa A11 - Crustaci

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

