

02 700 75 26 30

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

Merluza al horno (con cebolla) A8

Guarnición: guisantes salteados I6

Fruta de temporada

- Lomo en salsa con ñoquis. Fruta

03 656 63 34 30

Lentejas de la abuela A1 I8 I2 I5 I7 I6 I9

Lomo a las finas hierbas A14

Guarnición: ensalada de temporada

Fruta de temporada

- Ragut de ternera. Fruta

04 808 109 27 28

Arroz brut mallorquí (magro, champiñones y calabaza) I5 I7 I8 I2

Coca de sobrasada, queso y miel A1 A3 A6 A9 A10 A14 I7 I11 I2 I5 I6 I8

Guarnición: ensalada payesa (tomate, aceitunas y atún) A8 I7 I8

Flan de vainilla A9 I11 I7

- Berenjena rellena. Fruta

05 639 73 25 25

Hervido valenciano (patata, zanahoria, cebolla y judía verde) I6 I10

Dados de pavo al curry A9 A1 A10 A14 I11

suave con cous cous I6 I7 I8 I5

Guarnición: ensalada de temporada

Fruta de temporada ecológica

- Alcachofas y lubina al horno. Fruta

06 785 97 37 26

Potaje de garbanzos con verduras A3 I6

Fajitas con boloñesa vegetal (soja texturizada) A14 A12 A1 A13 I6

Guarnición: ensalada de temporada

Fruta de temporada

- Hamburguesa 100% pollo con champiñones al ajillo

09 722 76 30 33

Lentejas a la jardinera A1 A3 I9 I6

Magro con tomate

Guarnición: ensalada de temporada

Fruta de temporada

- Dorada a la plancha con pimientos. Fruta

10 857 63 39 44

Pasta (sin gluten/huevo/mostaza/soja) a la boloñesa gratinados A3 A9 A14

Bacalao en salsa suave de pimiento A9 A8 I11 I7 I8

Guarnición: habas salteadas I6

Yogur natural A9 I11 I7

- Coliflor especiada con atún. Fruta

11 591 54 26 29

Crema de calabacín y zanahoria ECO

Contramuslo de pollo al chimichurri I5 I7 I8

Guarnición: patatas panaderas con queso A9 I11 I7

Fruta de temporada

- Tostada con crema de aguacate

12 613 66 31 22

Alubias blancas guisadas con verduras A3 I10 I6

Cabeza de lomo rustida al horno en salsa I7 I8 I5 I2

Guarnición: ensalada de temporada

Fruta de temporada

- Musaka de berenjena. Fruta

13 682 94 16 26

Arroz del senyoret A3 A4 A11 A8 I8 I7

Hummus de garbanzos con nachos A3 I6

Guarnición: ensalada de temporada

Fruta de temporada

- Ragut de magro con cherry. Fruta

16 697 71 30 31

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

Hamburguesa completa (con pan casero) A14 A9 A1

Guarnición: ensalada de temporada

Fruta de temporada

- Calamares enharinados con champiñones

17 722 89 23 30

Arroz a La Cubana (Sin Huevo)

Abadejo enharinado casero A1 A8 I7 I8

Guarnición: ensalada de temporada

Fruta de temporada

- Rotti de pavo en salsa de arándanos

FESTIVO

RICOCHF

LIDERANDO EL CA "1810"

FESTIU

FESTIVO

RICOCHF

LIDERANDO EL CA "1810"

FESTIU

FESTIVO

RICOCHF

LIDERANDO EL CA "1810"

FESTIU

23 566 49 27 28

Crema de verduras de temporada

Ternera en salsa I5 I8 I7 I11

Guarnición: ensalada de temporada

Fruta de temporada

- Tosta de tomate y atún

24 805 87 38 35

Lentejas con verduras ECO A1 A3 I6 I9

Alitas de pollo adobadas al horno A1 A14 I5 I6 I7 I8

Guarnición: cascós de patata asada

Fruta de temporada

- Merluza con patatas y espárragos. Fruta

25 652 72 22 27

Pasta (sin gluten/huevo/mostaza/soja) con salsa Alfredo A9

Berenjena, tomate y queso al horno A9

Guarnición: guisantes salteados I6

Fruta de temporada

- Puré de patata y carne blanca

26 722 78 35 31

Arroz de secreto de cerdo I2 I5 I7 I8

Merluza en salsa de cebolla A8 I8 I7

Guarnición: ensalada de temporada

Yogur artesano valenciano A9 I11 I7

- Magro de cerdo en salsa teriyaki. Fruta

27 799 97 28 32

Garbanzos con calabaza I6

Ragut de magro con verduras

Guarnición: ensalada de temporada

Fruta de temporada ecológica

- Ensalada de patata. Fruta

30 772 79 33 35

Pasta (sin gluten/huevo/mostaza/soja) con tomate y bacon

Salmón a la naranja A8 I7 I8

Guarnición: ensalada de temporada

Fruta de temporada

- Wok de verduras con soja text. Fruta

31 704 86 29 25

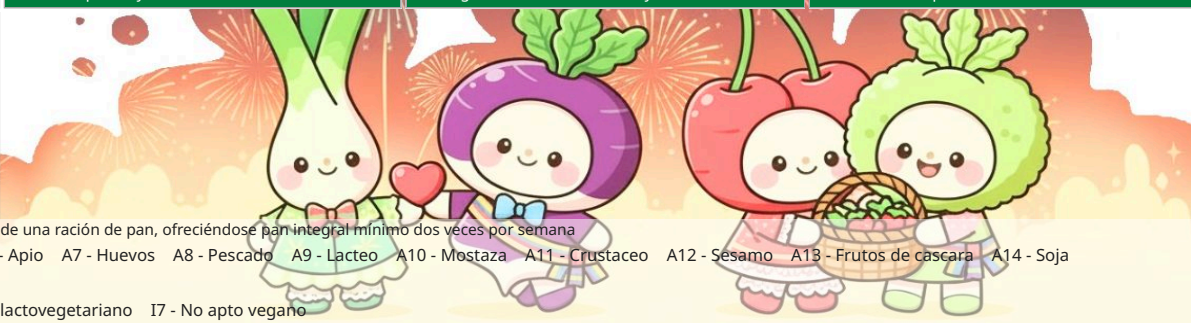
Olleta alicantina (alubias, lentejas, arroz y hortalizas) A1 I10 I9 I6

Queso fresco con tomate a rodajas y atún A9 A8

Guarnición: maíz salteado

Fruta de temporada

- Pavo con col al pimentón. Fruta



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



RICOCHF

Menú sense ous - març

Col·legio Virgen al Pie de la Cruz



02 700 75 26 30 Pasta (sense gluten/ou/soja/mostassa) a la napolitana A9 Lluç al forn A8 Guarnició: pèsols saltats 16 Fruita de temporada - Llom en salsa amb gnocchis. Fruita	03 656 63 34 30 Llentilles de l'àvia A1 18 12 15 17 16 19 Llom a les fines herbes A14 Guarnició: amanida de temporada Fruita de temporada - Ragut de vedella. Fruita	04 808 109 27 28 Arròs brut mallorquí (magre, xampinyons i carabassa) 15 17 18 12 Coca de sobrassada, formatge i mel A1 A3 A6 A9 A10 A14 17 11 12 15 16 18 Guarnició: amanida pagesa (tomàquet, olives i tonyina) A8 17 18 Flam de vainilla A9 11 17 - Albergínia farcida. Fruita	05 639 73 25 25 Bollit valencià (creïlla, carlota, ceba i batxoqueta) 16 110 Daus de gall dindi al curri A9 A1 A10 A14 11 16 17 18 15 Guarnició: amanida de temporada Fruita de temporada ecològica - Carxofes i llobarro al forn. Fruita	06 785 97 37 26 Potatge de cigrons amb verdures A3 16 Fajites amb bolonyesa vegetal (soja texturitzada) A14 A12 A1 A13 16 Guarnició: amanida de temporada Fruita de temporada - Hamburguesa 100% pollastre amb xampinyons
09 722 76 30 33 Llentilles a la jardineria A1 A3 19 16 Magre amb tomaca Guarnició: amanida de temporada Fruita de temporada - Daurada a la planxa amb pimentons. Fruita	10 857 63 39 44 Pasta (sense gluten/ou/mostassa/soja) a la bolonyesa gratinats A3 A9 A14 Bacallà salsa suau de pimentó A9 A8 11 17 18 Guarnició: faves saltejades 16 Iogurt natural A9 11 17 - Coliflor especiats amb tonyina. Fruita	11 591 54 26 29 Crema de carbasseta i carlota ECO Contraçuixa de pollastre al ximixurri 15 17 18 Guarnició: creïlles forneres amb formatge A9 11 17 Fruita de temporada - i. Torrada amb crema d'alvocat	12 613 66 31 22 Guisat de fesols amb verdures A3 110 16 Cap de llom al forn en salsa 17 18 15 12 Guarnició: amanida de temporada Fruita de temporada - Musaka de albergínia. Fruita	13 682 94 16 26 Arròs del senyoret A3 A4 A11 A8 18 17 Hummus de cigrons amb natxos A3 16 Guarnició: amanida de temporada Fruita de temporada - Magre amb cherry. Fruita
16 697 71 30 31 Sopa de fideus (sense gluten/ou/mostassa/soja) Hamburguesa completa (amb pa cassolà) A14 A9 A1 Guarnició: amanida de temporada Fruita de temporada - Calamars enfarinats amb xampinyons	17 722 89 23 30 Arròs a La Cubana (Sense Ou) Abadejo arrebossat cassolà A1 A8 17 18 Guarnició: amanida de temporada Fruita de temporada - Rottí de gall dindi amb salsa de nabius	FESTIVO RICOCHF LIDERANDO EL CA '1810 FESTIU		
23 566 49 27 28 Crema de verdures de temporada Vedella amb salsa 15 18 17 11 Guarnició: amanida de temporada Fruita de temporada - Tosta de tomaca natural i tonyina	24 805 87 38 35 Llentilles amb verdures ECO A1 A3 16 19 Alites de pollastre adobades al forn A1 A14 15 16 17 18 Guarnició: cacs de creïlla rostida Fruita de temporada - Lluç amb creïlles i espàrrecs. Fruita	25 652 72 22 27 Pasta (sense gluten/ou/mostassa/soja) amb salsa alfred A9 Guarnició: pèsols saltats A9 16 Fruita de temporada - Magre de porc amb salsa teriyaki. Fruita	26 722 78 35 31 Arròs de secret de porc 12 15 17 18 Lluç amb salsa de ceba A8 18 17 Guarnició: amanida de temporada Iogurt artesà valencià A9 11 17 - Magre de porc amb salsa teriyaki. Fruita	27 799 97 28 32 Cigrons amb carabassa 16 Ragut de magre amb verdures Guarnició: amanida de temporada Fruita de temporada ecològica - Amanida de creïlla. Fruita
30 772 79 33 35 Pasta (sense gluten/ou/mostassa/soja) amb tomàquet i bacó Salmó a la taronja A8 17 18 Guarnició: amanida de temporada Fruita de temporada - Wok de verdures amb soja text. Fruita	31 704 86 29 25 Olleta alicantina (mongetes, llentilles, arròs i hortalisses) A1 110 19 16 Formatge fresc amb tomàquet a rodanxes i tonyina A9 A8 Guarnició: dacs saltejada Fruita de temporada - Pavo amb col al pebre roig. 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 a la setmana.

A1 - Gluten A2 - Tramús A3 - Diòxid de sofre i sulfits A4 - Mol·lisc A5 - Cacaue 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 - 963 976 520 | nutricion@ricochef.es - C/ Séquia De Benàger, 25 - 46210 Picanya, Valencia