



RICOCHF

Menú crustaceo abril

Colegio Virgen al Pie de la Cruz



<p>09 766 96 30 28</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Macarrones ecológicos a la napolitana A1 A9 I7 I11</p> <p>Solomillo de pollo empanado A1 A2 A9 A14 I6 I5 I7 I11 I8</p> <p>Fruta</p> <p>- Dorada a la plancha con pimientos. Fruta</p>	<p>10 591 61 28 23</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Alubias con verduras A3 I6 I10</p> <p>Tortilla francesa con rollito de pavo A7 I7 I6 I8 I5</p> <p>Fruta</p> <p>- Jamón con calabacín a la plancha y tosta. Fruta</p>	<p>11 663 45 30 39</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Crema de verduras de temporada</p> <p>Alitas de pollo al horno con champiñones y patatas I7 I8 I5</p> <p>Yogur A9 I7 I11</p> <p>- Salmón a la plancha con verduras. Fruta</p>	<p>12 620 77 23 24</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Arroz al horno con garbanzos y pasas A3 A5 A9 A13 A14 I11 I6</p> <p>Merluza al horno con zanahoria estofada A8 I7 I8</p> <p>Fruta</p> <p>- Huevos al plato con tomate y guisantes. Fruta</p>	
<p>15 812 97 26 34</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Espaguetis con salsa cremosa de champiñones A9 A1 A7 I7 I11</p> <p>Cuadraditos de merluza rebozados con coliflor crunchy A1 A8 A10 A14 I6 I8 I7</p> <p>Fruta</p> <p>- Salteado de guisantes con bacon. Fruta</p>	<p>16 653 72 31 27</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Lentejas ecológicas con verduras A1 A3 I9 I6</p> <p>Huevos a la flamenca "con sus tostas integrales" A1 A7 I7 I6</p> <p>Fruta</p> <p>- Lomo en salsa con ñoquis de patata. Fruta</p>	<p>17 685 68 34 30</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Vichyssoise con picatostes caseros A9 A1 I7 I11</p> <p>Pechuga de pollo a la crema con mazorca de maíz A9 I11 I7 I8 I5</p> <p>Fruta</p> <p>- Boquerones enharinados caseros</p>	<p>18 702 72 35 28</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Arroz milanesa con taquitos de magro I8 I2 I5 I6 I7</p> <p>Bacalao encebollado con dados de berenjena A8 I8 I7</p> <p>Yogur A9 I7 I11</p> <p>- Hamburguesa vegetal con aguacate. Fruta</p>	<p>19 715 80 26 31</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Potaje de garbanzos con verduras I6</p> <p>Tortilla de patatas con "hummusmole" A7 I7 I6</p> <p>Fruta</p> <p>- Ragut de ternera. Fruta</p>
<p>22 631 68 29 28</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Fideuà de verduras A1 A7 I8 I7 I6 I11</p> <p>Huevo relleno (yemas, tomate frito y atún) A7 A8 I8 I7</p> <p>Fruta</p> <p>- Crema de verdura y tortilla francesa. Fruta</p>	<p>23 878 79 50 38</p> <p>Lechuga, maíz y zanahoria</p> <p>Olleta alcoyana A3 A9 A13 A14 I8 I7 I2 I5 I6 I10 I11</p> <p>Nuadets de brócoli con revons de masero (tomate al horno con ajo, perejil y pan rallado) A1 A7 A9 I8 I7 I6</p> <p>Bizcocho de rosas A9 A1 A7 I7 I11</p> <p>- Ensalada de quinoa. Fruta</p>	<p>24 615 46 20 39</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Crema de calabacín ecológico</p> <p>Longanizas con pisto A3 A9 A14 I5 I2 I11 I6 I7 I8</p> <p>Fruta</p> <p>- Acelgas con huevo cocido y nueces. Fruta</p>	<p>25 705 70 40 26</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Macarrones integrales con boloñesa vegetal A1 A7 A14 A12 A13 A10 I6</p> <p>Gallo San Pedro al limón con judías verdes A8 I7 I8 I10 I6</p> <p>Fruta</p> <p>- Alas de pollo con bastones de boniato. Fruta</p>	<p>26 630 62 37 25</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Lentejas a la jardinera A1 I9 I6</p> <p>Wok de pavo con salsa de soja A14 A1 I6 I5 I8 I7</p> <p>Fruta</p> <p>- Huevos rotos con salmón y champiñones. Fruta</p>
<p>29 603 59 28 27</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Crema bretona (alubias blancas y puerros) A3 A9 I6 I10 I7 I11</p> <p>Rape a la cazuela A8 I8 I7</p> <p>Fruta</p> <p>- Tortilla y berenjena con burrata. Fruta</p>	<p>30 727 78 33 32</p> <p>Lechuga, pepino y zanahoria</p> <p>Pasta tricolor con queso, maíz, tomate y aceitunas A1 A7 A9 I11 I7</p> <p>Magro en salsa con patatas I5 I8 I7 I2</p> <p>Fruta</p> <p>- Brócoli y coliflor especiados con atún. Fruta</p>			

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



RICOCHF

Menú crustaci abril

Colegio Virgen al Pie de la Cruz



<p>09 766 96 30 28</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Macarrons ecològics a la napolitana A1 A9 I7 I11</p> <p>Filet de pollastre arrebossat A1 A2 A9 A14 I6 I5 I7 I11 I8</p> <p>Fruita</p> <p>- Daurada a la planxa amb pimentons. Fruita</p>	<p>10 591 61 28 23</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Fesols amb verdures A3 I6 I10</p> <p>Truita francesa amb rotllet de titot A7 I7 I6 I8 I5</p> <p>Fruita</p> <p>- Pernil amb carabasseta a la planxa i tosta. Fruita</p>	<p>11 663 45 30 39</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Crema de verdures de temporada</p> <p>Aletes de pollastre al forn amb xampinyons i creïlles I7 I8 I5</p> <p>Iogurt A9 I7 I11</p> <p>- Salmó a la planxa amb verdures. Fruita</p>	<p>12 620 77 23 24</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Arròs al forn amb cigrons i panses A3 A5 A9 A13 A14 I11 I6</p> <p>Lluç al forn amb carlota estofada A8 I7 I8</p> <p>Fruita</p> <p>- Ous al plat amb tomaca i pèsols. Fruita</p>
<p>15 812 97 26 34</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Espagueits amb salsa cremosa de xampinyons A9 A1 A7 I7 I11</p> <p>Quadradets de lluç arrebossats amb coliflor crunchy A1 A8 A10 A14 I6 I8 I7</p> <p>Fruita</p> <p>-Saltejat de pèsols amb bacon. Fruita</p>	<p>16 653 72 31 27</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Llenties ecològiques amb verdures A1 A3 I9 I6</p> <p>Ous a la flamenca amb torrades integrals A1 A7 I7 I6</p> <p>Fruita</p> <p>- Llom en salsa amb nyoquis de creïlla. Fruita</p>	<p>17 685 68 34 30</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Vichyssoise amb crostons cassolans A9 A1 I7 I11</p> <p>Pit de pollastre a la crema amb panotxa de dacsca A9 I11 I7 I8 I5</p> <p>Fruita</p> <p>Aladrocros enfarinats casolans</p> <p>- Hamburguesa vegetal amb advocat. Fruita</p>	<p>19 715 80 26 31</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Potatge de cigrons amb verdures I6</p> <p>Truita de creïlles amb "hummusmole" A7 I7 I6</p> <p>Fruita</p> <p>-Ragut de vedella. Fruita</p>
<p>22 631 68 29 28</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Fideus de l'horta A1 A7 I8 I7 I6 I11</p> <p>Ou farcit (rovels, tomaca fregida i tonyina) A7 A8 I8 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Crema de verdura i truita francesa. Fruita</p>	<p>23 878 79 50 38</p> <p>Encisam, dacsca i carlota</p> <p>Olleta alcoyana A3 A9 A13 A14 I8 I7 I2 I5 I6 I10 I11</p> <p>Nuoquets de bròquil amb renvons de massero (tomàquet al forn amb all, julvert i pa ratllat) A1 A7 A9 I8 I7 I6</p> <p>Coca en llauna de roses A9 A1 A7 I7 I11</p> <p>- Amanida de quinoa. Fruita</p>	<p>24 615 46 20 39</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Crema de carabasseta ecològica</p> <p>Llonganisses amb samfaina A3 A9 A14 I5 I2 I11 I6 I7 I8</p> <p>Fruita</p> <p>- Bledes amb ou cuit i nous. Fruita</p>	<p>26 630 62 37 25</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Llenties a la jardinera A1 I9 I6</p> <p>Wok de titot amb salsa de soja A14 A1 I6 I5 I8 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Ous trencats amb salmó i champinyons. Fruita</p>
<p>29 603 59 28 27</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Crema bretona (fesols blancs i porros) A3 A9 I6 I10 I7 I11</p> <p>Rap a la cassola A8 I8 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Truita i alberginia amb burrata. Fruita</p>	<p>30 727 78 33 32</p> <p>Encisam, cogombre i carlota</p> <p>Pasta tricolor amb formatge, blat de moro, tomàquet i olives A1 A7 A9 I11 I7</p> <p>Magre en salsa amb creïlles I5 I8 I7 I2</p> <p>Fruita</p> <p>- Brocoli i coliflor especials amb tonyina. Fruita</p>		

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