



| | | | | |
|--|--|---|--|--|
| <p>11 786 77 31 38</p> <p>Ensalada variada</p> <p>Coditos a la napolitana A1 A7 A9 I7</p> <p>Boquerones rebozados A1 A4 A7 A8 A9 A11 I7 I8</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>- Muslitos de pollo al horno con manzana asada y verduras. Fruta</p> | <p>12 614 62 35 24</p> <p>Lechuga, pepino y tomate</p> <p>Crema ECO de calabacín y zanahoria</p> <p>Contramuslo de pollo al ajillo con cous cous A1 A7 I8 I5 I7</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>- Hamburguesa vegetal con aguacate. Fruta</p> | <p>13 783 81 34 35</p> <p>Lechuga, maíz y aceitunas</p> <p>Lentejas jardinera A1 I9 I6</p> <p>Tortilla de patatas con dados de berenjena A7 I7</p> <p>Postre casero de chocolate A9 A1 A7 A5 A13 I6 I7</p> <p>- Bacalao con pimientos, calabacín y tomate. Fruta</p> | <p>14 631 45 40 31</p> <p>Lechuga, tomate y maíz</p> <p>Sopa de fideos con garbanzos A1 A7 A3 I6 I7 I5 I8</p> <p>Merluza con salsa de tomate A8 I8 I7</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>- Tortilla francesa y brócoli hervido. Fruta</p> | <p>15 914 127 31 33</p> <p>Pepino troceado aliñado</p> <p>Arroz a banda A3 A4 A11 A8 I8 I7</p> <p>Tosta de queso A1 A9 I7</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>- Berenjena rellena. Fruta</p> |
| <p>18 651 47 19 43</p> <p>Lechuga, pepino y aceitunas</p> <p>Hervido valenciano A3 I6 I10</p> <p>Albóndigas de ternera en salsa A3 A9 A14 I5 I6 I8 I7 I2</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>- Salmón a la plancha con salteado de verduras. Fruta</p> | <p>19 656 72 25 29</p> <p>Lechuga, tomate y maíz</p> <p>Potaje de garbanzos con verduras I6</p> <p>Tortilla francesa con "pan tumaca integral" A7 A1 I7</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>- Ensalada de quinoa. Fruta</p> | <p>20 812 82 42 34</p> <p>Ensalada completa con atún A8 I8 I7</p> <p>Paella valenciana I8 I5 I7 I6 I10</p> <p>Pavo y queso A9 A6 A7 A14 I8 I5 I6 I7</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>- Merluza al horno con patatas y espárragos. Fruta</p> | <p>21 720 61 32 35</p> <p>Chupito de gazpacho andaluz A1</p> <p>Ensalada de alubias blancas (lechuga, tomate, pepino, maíz, aceitunas) I10 I6</p> <p>Aguja de cerdo braseada I2 I5 I8 I7</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>- Crema de verdura y tortilla francesa. Fruta</p> | <p>22 624 70 35 22</p> <p>Lechuga, maíz y aceitunas</p> <p>Macarrones ecológicos con boloñesa vegetal A1 A14 I6</p> <p>Bacalao a la provenzal A8 I8 I7</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>- Sopa de brócoli, entremeses y fruta</p> |
| <p>25 583 64 33 22</p> <p>Lechuga, zanahoria y maíz</p> <p>Lentejas ecológicas con verduras A1 I6 I9</p> <p>Rape a la cazuela A8 I8 I7</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>- Ternera salteada con calabacín a la plancha y tosta de aceite. Fruta</p> | <p>26 624 77 30 21</p> <p>Lechuga, tomate y zanahoria</p> <p>Arroz a la cubana con huevo duro A7 I7</p> <p>Wok de pavo A14 I8 I5 I7 I6</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>- Lasaña de calabacín y verduras al gusto con soja texturizada. Fruta</p> | <p>27 607 58 23 31</p> <p>Lechuga, pepino y aceitunas</p> <p>Guisado de patata con verduras A3</p> <p>Pollo asado al romero con chips de boniato I5 I8 I7</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>- Huevos al plato con tomate y guisantes. Fruta</p> | <p>28 676 54 39 33</p> <p>Lechuga, manzana y aceitunas</p> <p>Espaguetis a la amatriciana A1 A7 A9 A14 I8 I5 I6 I7 I2</p> <p>Abadejo con salsa de tomate, ajo y cebolla A8 I7 I8</p> <p>Yogur A9 I7</p> <p>- Menestra rehogada con ajitos. Fruta</p> | <p>29 526 47 19 28</p> <p>Lechuga, pepino y tomate</p> <p>Crema de legumbres A3 A1 I6 I10 I9</p> <p>Tortilla de calabacín y patata A7 I7</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>- Pizza de jamón york y queso casera. Fruta</p> |

La recomendación de cena son los platos detallados en la franja azul inferior. Se ofrecerá pan integral una vez a la 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

I8 - Ovolactovegetariano I10 - Sin alubias I5 - Sin carne I2 - Sin cerdo I6 - Sin legumbres I9 - Sin lentejas I7 - Vegano

RICOCHF - B40585887 - +(34) 637 099 900 | nutricion@ricochef.es - C/ Sequia De Mestalla 2 - 46210 Picanya, Valencia



| | | | | |
|---|---|---|--|--|
| <p>11 786 77 31 38</p> <p>Amanida variada</p> <p>Codits a la napolitana A1 A7 A9 I7</p> <p>Seitons arrebossats A1 A4 A7 A8 A9 A11 I7 I8</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>-Cuixetes de pollastre al forn amb poma rostida i verdures. Fruita</p> | <p>12 614 62 35 24</p> <p>Encisam, cogombre i tomaca</p> <p>Crema ECO de carabasseta i carlota</p> <p>Contraçuixa de pollastre a l'all amb cous cous A1 A7 I8 I5 I7</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Hamburguesa vegetal con aguacate. Fruita</p> | <p>13 783 81 34 35</p> <p>Encisam, dacsa i olives</p> <p>Llenties jardineria A1 I9 I6</p> <p>Truita de creïlles amb daus d'albergínia A7 I7</p> <p>Postres casolanes de xocolata A9 A1 A7 A5 A13 I6 I7</p> <p>- Bacallà amb pebrots, carbassó i tomàquet. Fruita</p> | <p>14 631 45 40 31</p> <p>Enciam, tomaca i dacsa</p> <p>Sopa de fideus amb cigrons A1 A7 A3 I6 I7 I5 I8</p> <p>Lluç amb salsa de tomaca A8 I8 I7</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Truita francesa i bròcoli bullit. Fruita</p> | <p>15 914 127 31 33</p> <p>Cogombre trossejat amanit</p> <p>Arròs a banda A3 A4 A11 A8 I8 I7</p> <p>Tosta de formatge A1 A9 I7</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>- Albergínia farcida. Fruita</p> |
| <p>18 651 47 19 43</p> <p>Encisam, cogombre, olives</p> <p>Bullit valencià A3 I6 I10</p> <p>Mandonguilles de vedella en salsa A3 A9 A14 I5 I6 I8 I7 I2</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>- Salmó a la planxa amb saltat de verdures. Fruita</p> | <p>19 656 72 25 29</p> <p>Enciam, tomaca i dacsa</p> <p>Potatge de cigrons amb verdures I6</p> <p>Truita francesa amb "pa tumaca integral" A7 A1 I7</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>- Amanida de quinoa. Fruita</p> | <p>20 812 82 42 34</p> <p>Amanida completa amb tonyina A8 I8 I7</p> <p>Paella valenciana I8 I5 I7 I6 I10</p> <p>Gall dindi i formatge A9 A6 A7 A14 I8 I5 I6 I7</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>- Lluç al forn amb creïlles i espàrrecs. Fruita</p> | <p>21 720 61 32 35</p> <p>Xupito de gaspatxo andalús A1</p> <p>Amanida de fesols blancs I10 I6</p> <p>Agulla de porc al forn I2 I5 I8 I7</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>- Crema de verdura i truita francesa. Fruita</p> | <p>22 624 70 35 22</p> <p>Encisam, dacsa i olives</p> <p>Macarrons ecològics amb bolonyesa vegetal A1 A14 I6</p> <p>Bacallà a la provençal A8 I8 I7</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>-Sopa de bròcoli, entremesos i fruita</p> |
| <p>25 583 64 33 22</p> <p>Encisam, carlota i dacsa</p> <p>Llenties ecològiques amb verdures A1 I6 I9</p> <p>Rap a la cassola A8 I8 I7</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>- Vedella saltada amb carabasseta a la planxa i tosta d'oli. Fruita</p> | <p>26 624 77 30 21</p> <p>Encisam, tomaca i carlota</p> <p>Arròs a la cubana amb ou dur A7 I7</p> <p>Wok de titot A14 I8 I5 I7 I6</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>- Lasanya de carabasseta i verdures al gust amb soja texturada. Fruita</p> | <p>27 607 58 23 31</p> <p>Encisam, cogombre, olives</p> <p>Guisat de creïlla amb verdures A3</p> <p>Pollastre rostit al romaní amb xips de moniato I5 I8 I7</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>- Ous al plat amb tomaca i pèsols. Fruita</p> | <p>28 676 54 39 33</p> <p>Encisam, poma i olives</p> <p>Espaguetis a l'amatriciana (tomaca, bacon i formatge) A1 A7 A9 A14 I8 I5 I6 I7 I2</p> <p>Abadejo amb tomaca, all i ceba A8 I7 I8</p> <p>Iogurt A9 I7</p> <p>Menestra ofegada amb ajitos. Fruita</p> | <p>29 526 47 19 28</p> <p>Encisam, cogombre i tomaca</p> <p>Crema de llegums A3 A1 I6 I10 I9</p> <p>Truita de carabasseta i creïlla A7 I7</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>-Pizza de pernil dolç i formatge casolana. 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

I8 - Ovolactovegetariano I10 - Sin alubias I5 - Sin carne I2 - Sin cerdo I6 - Sin legumbres I9 - Sin lentejas I7 - Vegano

RICOCHF - B40585887 - +(34) 637 099 900 | nutricion@riconchef.es - C/ Sequia De Mestalla 2 - 46210 Picanya, Valencia