

<p>02 704 70 23 36</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Macarrones ecológicos con tomate, champiñón y zanahoria A3 A1</p> <p>Hamburguesa con queso A9 I8 I5 I2 I7</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>- Revuelto de champiñones, calabacín y puerro con patatas al horno. Fruta</p>	<p>03 649 57 37 30</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Lentejas de la abuela A1 I8 I2 I5 I7 I6 I9</p> <p>Merluza al horno con pisto A8 I8 I7</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>- Crema de calabacín y panini de jamón con queso. Fruta</p>	<p>04 668 78 21 30</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Arroz a la hortelana</p> <p>Revuelto de bacon A9 A14 A7 I8 I6 I2 I5 I7</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>- Alas de pollo con bastones de boniato. Fruta</p>	<p>05 584 57 28 26</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Crema de calabaza y boniato</p> <p>Jamonicos de pollo en su jugo con cous cous A1 A7 I8 I5 I7</p> <p>Yogur A9 I7</p> <p>- Bacalao con pimientos, calabacín y tomate. Fruta</p>	<p>06 700 67 34 32</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Sopa de fideos con garbanzos A1 A7 A3 I7 I5 I8 I6</p> <p>Tortilla de patatas A7 I7</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>- Gazpacho andaluz con picatostes y pavo a la plancha. Fruta</p>
	<p>10 750 73 32 36</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Espaguetis integrales a la carbonara vegetal A1 A7 A9 I7</p> <p>Boquerones rebozados A1 A4 A7 A8 A9 A11 I7 I8</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>- Hervido valenciano. Salmón al papillote. Fruta.</p>	<p>11 607 61 35 24</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Lentejas jardinera A1 I9 I6</p> <p>Merluza a la vizcaína A8 I8 I7</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>- Tortilla de coliflor con ensalada de tomate y queso. Fruta</p>	<p style="text-align: center; font-size: 2em; font-weight: bold;">FESTIVO</p>	
<p>16 519 47 27 23</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Guisado de patata con verduras A3</p> <p>Gallo San Pedro al limón con judías verdes A8 I7 I8 I10 I6</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>- Albóndigas de ternera en salsa con chips de zanahoria. Fruta</p>	<p>17 580 41 22 36</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Crema de puerros y zanahoria</p> <p>Longanizas con pisto A3 A9 I8 I7 I5 I2</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>- Merluza al horno con patatas y espárragos. Fruta</p>	<p>18 602 51 40 25</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Sopa de fideos A1 A7 A6 I8 I5 I7 I2</p> <p>Jamonicos de pollo en salsa I8 I7 I5</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>- Tosta de aguacate con revuelto de atún. Fruta</p>	<p>19 757 90 25 33</p> <p>Ensalada completa (lechuga, tomate, maíz y queso fresco) A9 I7</p> <p>Arroz del senyoret A3 A4 A11 I8 I7</p> <p>Tosta de pan integral con aceite y tomate A1</p> <p>Yogur A9 I7</p> <p>- Pollo con pisto. Fruta</p>	<p>20 673 81 26 24</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Alubias pintas con verduras I10 I6</p> <p>Tortilla de patatas con montadito de aceite y pimentón A7 A1 I7</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>- Salmón a la plancha con salteado de verduras. Fruta</p>
<p>23 569 59 25 25</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Sopa juliana (con fideos) A6 A1 A7</p> <p>Magro en salsa con patatas I2 I5 I8 I7</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>- Huevos al plato con tomate y guisantes. Fruta</p>	<p>24 610 61 36 25</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Lentejas ecológicas con verduras A1 I6 I9</p> <p>Merluza al horno con base de tomate frito casero y cebollita pochada A8 I7 I8</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>- Alas de pollo con bastones de boniato. Fruta</p>	<p>25 520 63 28 16</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Macarrones con atún y tomate A1 A7 A8 I8 I7</p> <p>Revuelto de huevo con jamón cocido A7 A9 A14 I8 I5 I2 I7</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>- Menestra rehogada con ajitos. Fruta</p>	<p>26 520 41 30 26</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Crema de calabacín ecológico</p> <p>Contramuslo de pollo deshuesado con champiñones I7 I5 I8</p> <p>Yogur A9 I7</p> <p>- Bacalao al horno con patatas a lo pobre, espinacas. Fruta</p>	<p>27 556 47 30 26</p> <p>Ensalada con fruta</p> <p>Marmitako de pescado A8 A3 I8 I7</p> <p>Tortilla francesa con guisantes salteados A7 I7 I6</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>- Berenjena rellena. Fruta</p>
<p>30 614 51 33 30</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Crema bretona (alubias blancas y puerros) A3 I10 I6</p> <p>Merluza empanada A8 A7 A1 I8 I7</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>- Champiñones al ajillo y huevo revuelto. Fruta</p>	<p>31 652 67 33 29</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Fideuá A4 A3 A11 A1 A7 I8 I7</p> <p>Entremeses variados A9 A14 A3 I8 I5 I2 I6 I7</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>- Pescado blanco a la plancha con ajo y perejil</p>			

La recomendación de cena son los platos detallados en la franja verde 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

<p>02 704 70 23 36</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Macarrons ecològics amb tomaca, xampinyó i carlota A3 A1</p> <p>Hamburguesa amb formatge A9 I8 I5 I2 I7</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>-Remenat de xampinyons, carabasseta i porro amb creïlles al forn. Fruita</p>	<p>03 649 57 37 30</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Llenties de l'àvia A1 I8 I2 I5 I7 I6 I9</p> <p>Lluç al forn amb samfaina A8 I8 I7</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>- Crema de carabasseta i panini de pernil amb formatge. Fruita</p>	<p>04 668 78 21 30</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Arròs a l'hortelana</p> <p>Regirat de bacon A9 A14 A7 I8 I6 I2 I5 I7</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>- Ales de pollastre amb bastons de moniato. Fruita</p>	<p>05 584 57 28 26</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Crema de carabassa i moniato</p> <p>Pernillets de pollastre al suc amb cous cous A1 A7 I8 I5 I7</p> <p>Iogurt A9 I7</p> <p>- Bacallà amb pebrots, carbassó i tomàquet. Fruita</p>	<p>06 700 67 34 32</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Sopa de fideus amb cigrons A1 A7 A3 I7 I5 I8 I6</p> <p>Truita de creïlles A7 I7</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>- Gaspatxo andalús amb crostons i polit a la planxa. Fruita</p>
	<p>10 750 73 32 36</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Espaguetis integrals a la carbonara vegetal A1 A7 A9 I7</p> <p>Seitons arrebossats A1 A4 A7 A8 A9 A11 I7 I8</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>- Bullit valencià. Salmó al papillote. Fruita.</p>	<p>11 607 61 35 24</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Llentilles jardinera A1 I9 I6</p> <p>Lluç a la biscaïna A8 I8 I7</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>-Tortilla de colliflor amb amanida de tomata i formatge. Fruita</p>		<p>FESTIVO</p>
<p>16 519 47 27 23</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Guisat de creïlla amb verdures A3</p> <p>Gallo San Pedro al llimó amb bajoqueta A8 I7 I8 I10 I6</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>- Mandonguilles de vedella en salsa amb xips de carlota. Fruita</p>	<p>17 580 41 22 36</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Crema de porros i carlota</p> <p>Llonganisses amb samfaina A3 A9 I8 I7 I5 I2</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>- Lluç al forn amb creïlles i espàrrecs. Fruita</p>	<p>18 602 51 40 25</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Sopa de fideus A1 A7 A6 I8 I5 I7 I2</p> <p>Pernillets amb salsa I8 I7 I5</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>- Torrada d'alvocat amb regirat de tonyina. Fruita</p>	<p>19 757 90 25 33</p> <p>Amanida completa (encisam, tomaca, dacsa i formatge fresc) A9 I7</p> <p>Arròs del senyoret A3 A4 A11 I8 I7</p> <p>Torrada de pa integral amb oli i tomata A1</p> <p>Iogurt A9 I7</p> <p>- Pollastre amb samfaina. Fruita</p>	<p>20 673 81 26 24</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Fesols pintes amb verdures I10 I6</p> <p>Truita de patates amb muntadeta d'oli i pebre vermell A7 A1 I7</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>- Salmó a la planxa amb saltat de verdures. Fruita</p>
<p>23 569 59 25 25</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Sopa juliana (amb fideus) A6 A1 A7</p> <p>Magre amb salsa amb creïlles I2 I5 I8 I7</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>- Ous al plat amb tomaca i pèsols. Fruita</p>	<p>24 610 61 36 25</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Llentilles ecològiques amb verdures A1 I6 I9</p> <p>Lluç al forn amb base de tomaca fregida casolana i ceba potxada A8 I7 I8</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>- Ales de pollastre amb bastons de moniato. Fruita</p>	<p>25 520 63 28 16</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Macarrons amb tomaca i tonyina A1 A7 A8 I8 I7</p> <p>Remenat de ou amb pernil dolç A7 A9 A14 I8 I5 I2 I7</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Menestra ofegada amb ajitos. Fruita</p>	<p>26 520 41 30 26</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Crema de carabasseta ecològica</p> <p>Contraçuixa de pollastre desossat amb xampinyons I7 I5 I8</p> <p>Iogurt A9 I7</p> <p>- Bacallà al forn amb creïlles al pobra, espinacs. Fruita</p>	<p>27 556 47 30 26</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Marmitako de peix A8 A3 I8 I7</p> <p>Truita francesa amb pèsols saltats A7 I7 I6</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>- Albergínia farcida. Fruita</p>
<p>30 614 51 33 30</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Crema bretona (fesols blancs i porros) A3 I10 I6</p> <p>Lluç arrebossat amb amanida A8 A7 A1 I8 I7</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Xampinyons amb allada i ou regirat. Fruita</p>	<p>31 652 67 33 29</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Fideuà A4 A3 A11 A1 A7 I8 I7</p> <p>Entremesos variats A9 A14 A3 I8 I5 I2 I6 I7</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Peix blanc a la planxa amb all i julivert</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

Quilocaloríes 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@ricochef.es - C/ Sequia De Mestalla 2 - 46210 Picanya, Valencia