



05 671 75 19 36

Ensalada de temporada con naranja
 Puré de verduras
 Cuadraditos de merluza rebozados con rodajitas de zanahoria especiadas
 Fruta

A1 A8 A10
A14 I7 I6
I8

- Salmón a la plancha con verduras. Fruta

06 663 83 29 24

Ensalada de verduras de temporada
 Lentejas con verduras
 Tortilla de patatas
 Fruta

A1 A3 I6 I9
A7 I7

Bacalao gratinado con all i oli

07 610 51 26 32

Ensalada de temporada con naranja
 Hervido valenciano
 Longanizas 100% pollo con salsa de tomate
 Fruta

A3 I6
A3 I6 I8 I7
I5

Contramuslo de pollo con champiñones y chips de boniato

01 649 51 42 30

Ensalada de verduras de temporada
 Lentejas de la abuela
 Jamoncitos de pollo en salsa
 Yogur

A1 A3 I8 I2 I5 I7 I6 I9
I8 I7 I5
A9 I7

Ragut de magro con verduras

02 607 68 31 25

Ensalada de verduras de temporada
 Fideuà
 Jamón york y queso
 Fruta

A4 A3 A11 A1 A7 I8 I7
A9 A14 I5 I2 I8 I6 I7

- Champiñones al ajillo y huevo revuelto. Fruta

12 622 50 24 34

Ensalada de temporada con naranja
 Crema bretona (alubias blancas y puerros)
 Boquerones rebozados
 Fruta

A3 I6
I10
A1 A4 A7 A8 A9 A11 I7
I8

- Boquerones rebozados con tomate aliñado

13 714 98 22 25

Ensalada de verduras de temporada
 Paella valenciana
 Tosta de pan integral con aceite y tomate
 Fruta

I8 I5 I7 I6 I10
A1

- Pavo con judías verdes y puré de patatas. Fruta

14 629 67 30 25

Ensalada de verduras de temporada
 Espaguetis con tomate aderezado y aceitunas
 Gallo San Pedro con judías verdes
 Fruta

A1 A7
A8 I6 I8 I7

- Patatas rellenas gratinadas. Fruta

08 670 73 33 27

Ensalada de verduras de temporada
 Macarrones ecológicos con berenjena, tomate y queso
 Merluza a la cazuela
 Fruta

A1 A9
I7
A8 I8 I7

- Tortilla francesa y brócoli hervido. Fruta

09 883 84 46 43

Tempura de calabacín
 Arroz tres delicias casero (guisantes, york, zanahoria, tortilla)
 Pollo satay con salsa de curry
 Bizcocho del Dragón

A1 A4 A8 A9 A11
A9 A14 A7 I5
I2 I7 I8 I6
A9 I8 I5 I7
A9 A1 A7 I7

- Lomo en salsa con ñoquis de patata. Fruta

19 646 53 27 36

Ensalada de verduras de temporada
 Crema de verduras de temporada
 Alitas de pollo al horno con champiñones y patatas
 Fruta de temporada

I7 I8
I5

- Salmón a la plancha con verduras. Fruta

20 616 61 27 30

Ensalada de verduras de temporada
 Lentejas ecológicas con verduras
 Tortilla francesa con maíz salteado
 Fruta

A1 I9 I6
A7 I7

Fajitas de pollo

21 738 69 42 33

Ensalada de verduras de temporada
 Macarrones integrales al baffo (tomate, nata, jamón york)
 Merluza 'al ajillo' con guisantes
 Fruta

A1 A7 A9 A10
A14 I6 I7 I8 I2
I5
A8 I7 I6 I8

- Tosta de hummus, verduras y mazorca de maíz

15 615 54 38 26

Ensalada de verduras de temporada
 Sopa de fideos ecológicos
 Pollo asado a la miel y limón con chips de boniato
 Fruta

A1 I8 I5 I2 I7
I5 I7
I8

Albóndigas jardinera

16 606 66 27 23

Ensalada de temporada con naranja
 Alubias con verduras
 Tortilla de patatas
 Yogur

A3 I6 I10
A7 I7
A9 I7

Merluza enharinada casera

26 607 67 26 25

Ensalada de verduras de temporada
 Sopa minestrone con caracolas
 Merluza a la vizcaína
 Fruta

A1 A7
A8 I8 I7

- Tortilla de coliflor con ensalada y queso. Fruta

27 687 72 38 27

Ensalada de temporada con naranja
 Garbanzos con espinacas
 Pechuga de pollo a la crema con patatas deluxe
 Fruta

I6
A3 A9 I8 I7
I5

Coca de atún

28 691 92 17 28

Entrante de hummus de calabaza con nachos
 Arroz con tomate
 Tortilla francesa
 Fruta

A9 A3
I6
A7 I7

- Crema de verduras con jamón y picatostes

22 604 85 14 22

Ensalada de verduras de temporada
 Arroz al horno
 Tosta de aceite y pimentón dulce
 Yogur

A3 A9 A13 I2 I8 I6 I7 I5
A1
A9 I7

- Filete de lomo con parrillada de verduras. Fruta

23 609 48 35 34

Ensalada de temporada con naranja
 Sopa de pescado (con estrellitas)
 Tortilla de queso
 Fruta

A3 A4 A11 A1 A7 A8
I7 I8
A9 A7 I7

Chuleta de pavo plancha con verdura

29 465 33 22 26

Ensalada de verduras de temporada
 Guisado de patata con verduras
 Rottí de pavo con salsa de verduras
 Yogur

A3
A14 I5 I8 I7
I6
A9 I7

Calamares enharinados caseros con champiñones rehogados

Se servirá pan integral una vez a la semana, como mínimo.

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 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



<p>01 649 51 42 30</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Llenties de l'àvia A1 A3 I8 I2 I5 I7 I6 I9</p> <p>Pernillets amb salsa I8 I7 I5</p> <p>Iogurt A9 I7</p> <p>Ragut de magre amb verdures</p>	<p>02 607 68 31 25</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Fideuà A4 A3 A11 A1 A7 I8 I7</p> <p>Pernil dolç i formatge A9 A14 I5 I2 I8 I6 I7</p> <p>Fruita</p> <p>Xampinyons amb allada i ou regirat. Fruita</p>			
<p>05 671 75 19 32</p> <p>Amanida de temporada amb taronja</p> <p>Purè de verdures</p> <p>Quadratets de lluç arrebossats amb carlota especiada A1 A8 A10 A14 I7 I6 I8</p> <p>Fruita</p> <p>- Salmó a la planxa amb verdures. Fruita</p>	<p>06 663 83 29 24</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Llentilles amb verdures A1 A3 I6 I9</p> <p>Truita de creïlles A7 I7</p> <p>Fruita</p> <p>Bacallà gratinat amb all i oli</p>	<p>07 610 51 26 32</p> <p>Amanida de temporada amb taronja</p> <p>Bullit valencià A3 I6</p> <p>Llonganisses 100% pollastre amb salsa de tomata A3 I6 I8 I7 I5</p> <p>Fruita</p> <p>Contracuixa de pollastre amb xampinyons i xips de moniato</p>	<p>08 670 73 33 27</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Macarrons ecològics amb albergínia, tomaca i formatge A1 A9 I7</p> <p>Lluç a la cassola A8 I8 I7</p> <p>Fruita</p> <p>Truita francesa i bròcoli bullit. Fruita</p>	<p>09 883 84 46 43</p> <p>Tempura de carabasseta A1 A4 A8 A9 A11</p> <p>Arros tres delícies (pèsols, pernil dolç, carlota, ou) A9 A14 A7 I5 I2 I7 I8 I6</p> <p>Pollastre satay en salsa de curry A9 I8 I5 I7</p> <p>Coca del Drac A9 A1 A7 I7</p> <p>- Llom en salsa amb nyoquis de creïlla. Fruita</p>
<p>12 622 50 24 34</p> <p>Amanida de temporada amb taronja</p> <p>Crema bretona (fesols blancs i porros) A3 I6 I10</p> <p>Seitons arrebossats A1 A4 A7 A8 A9 A11 I7 I8</p> <p>Fruita</p> <p>- Aladroc's arrebossats amb tomaca amanida</p>	<p>13 714 98 22 25</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Paella valenciana I8 I5 I7 I6 I10</p> <p>Torrada de pa integral amb oli i tomata A1</p> <p>Fruita</p> <p>-Gall dindi amb mongetes tendres i puré de creïlles. Fruita</p>	<p>14 629 67 30 25</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Espaguetis amb tomàquet amanit i olives A1 A7</p> <p>Gallo San Pedro amb bajoquetes A8 I6 I8 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Creïlles farcides gratinades. Fruita</p>	<p>15 615 54 38 26</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Sopa de fideus ECO A1 I8 I5 I2 I7</p> <p>Pollastre rostit a la mel i llimona amb xips de moniato I5 I7 I8</p> <p>Fruita</p> <p>Mandonguilles jardinera</p>	<p>16 606 66 27 23</p> <p>Amanida de temporada amb taronja</p> <p>Fesols amb verdures A3 I6 I10</p> <p>Truita de creïlles A7 I7</p> <p>Iogurt A9 I7</p> <p>Lluç enfarinat cassolà</p>
<p>19 646 53 27 36</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>Fruita de temporada</p> <p>- Salmó a la planxa amb verdures. Fruita</p>	<p>20 616 61 27 30</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Llentilles ecològiques amb verdures A1 I9 I6</p> <p>Truita francesa amb blat saltejat A7 I7</p> <p>Fruita</p> <p>"Fajitas" de pollastre</p>	<p>21 738 69 42 33</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Macarrons integrals al baff (tomaca, nata, pernil dolç) A1 A7 A9 A10 A14 I6 I7 I8 I2 I5</p> <p>Lluç al forn amb pèsols A8 I7 I6 I8</p> <p>Fruita</p> <p>- Torrada d'hummus, verdures i panotxa de blat de moro</p>	<p>22 604 85 14 22</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Arròs al forn A3 A9 A13 I2 I8 I6 I7 I5</p> <p>Torrada d'oli i pimentó dolç A1</p> <p>Iogurt A9 I7</p> <p>- Filet de llom amb graella de verdures. Fruita</p>	<p>23 609 48 35 34</p> <p>Amanida de temporada amb taronja</p> <p>Sopa de peix (amb estreletes) A3 A4 A11 A1 A7 A8 I7 I8</p> <p>Truita de formatge A9 A7 I7</p> <p>Fruita</p> <p>Xulla de titot planxa amb verdura</p>
<p>26 607 67 26 25</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Sopa minestrone amb caracoles A1 A7</p> <p>Lluç a la biscaïna A8 I8 I7</p> <p>Fruita</p> <p>-Tortilla de coliflor amb amanida i formatge. Fruita</p>	<p>27 687 72 38 27</p> <p>Amanida de temporada amb taronja</p> <p>Cigrons amb espinacs I6</p> <p>Pit de pollastre a la crema amb creïlles A3 A9 I8 I7 I5</p> <p>Fruita</p> <p>Coca de tonyina</p>	<p>28 691 92 17 28</p> <p>Entrant d'hummus de carbassa amb natxos A9 A3 I6</p> <p>Arròs amb tomaca</p> <p>Truita francesa A7 I7</p> <p>Fruita</p> <p>- Crema de verdures amb pernil i crostons</p>	<p>29 465 33 22 26</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Guisat de creïlla amb verdures A3</p> <p>Roti de gall dindi amb salsa de verdures A14 I5 I8 I7 I6</p> <p>Iogurt A9 I7</p> <p>Calamars enfarinats casolans amb xampinyons ofegats</p>	

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 A12 - Sèsam A13 - Fruits de closca A14 - Soja

Quilocaloríes Proteïnes Carbohidrats Greixos

I10 - Alubias I5 - Carne I2 - Cerdo I6 - Legumias I9 - Lentejas I8 - No apto ovolactovegetariano I7 - No apto vegano

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