



RICOCHF

Menú basal marzo

Colegio La Purísima



04 787 67 24 45

Ensalada de verduras de temporada

Hervido valenciano A3 I6

Albóndigas en salsa con cous cous A14 A1 A3 A10 I2 I6 I7 I8 I5

Fruta

- Bacalao patatas a lo pobre y espinacas. Fruta

05 637 64 37 25

Ensalada con fruta

Lentejas de la abuela A1 A3 I8 I2 I5 I7 I6 I9

Tortilla francesa con jamón york A7 A9 A14 I5 I2 I6 I7 I8

Fruta

- Lomo de cerdo con chips de boniato. Fruta

06 757 54 46 37

Ensalada de verduras de temporada

Espaguetis a la carbonara A9 A1 A7 A14 I8 I6 I7 I5 I8 I2

Tortilla francesa con jamón york A8 I8 I7

Yogur A9 I7

- Huevos al plato con tomate y guisantes. Fruta

07 628 53 40 27

Ensalada de verduras de temporada

Sopa de fideos ecológicos A1 I8 I5 I2 I7

Pollo con patatas I5 I8 I7

Fruta

- Salmón a la plancha con verduras. Fruta

08 709 104 21 24

Ensalada variada

Panini de queso A1 A9

Arroz del senyoret A3 A4 A11 I8 I7 I6

Fruta

- Tortilla de coliflor con ensalada y queso. Fruta

11 664 67 25 32

Ensalada de verduras de temporada

Sopa minestrone con caracolas A1 A7

Hamburguesa 100% pollo con pisto I5 I7 I8 I6

Fruta

- Tortilla y berenjena con burrata. Fruta

12 669 66 34 29

Ensalada de verduras de temporada

Macarrones integrales con salsa de verduras y queso A9 A1 A7 A3 I7 I6

Bacalao en salsa mery A8 I8 I7

Fruta

- Lomo en salsa con ñoquis de patata. Fruta

13 621 58 27 30

Ensalada con fruta

Garbanzos estofados con chorizo A3 A9 I2 I5 I7 I8 I6

Tortilla de calabacín A7 I7

Fruta

- Salteado de guisantes, cebolla y salmón. Fruta

14 724 61 31 37

Ensalada de verduras de temporada

Guisado de costillas y patatas I8 I5 I2 I7 I6

Cuadrados de merluza rebozados A1 A8 A10 A14 I7 I8 I6

Yogur A9 I7

- Pollo al ajillo con menestra. Fruta

15 766 97 25 30

Ensalada de verduras de temporada

Arroz con tomate

Tosta integral con revuelto de queso A1 A7 A9 I7

Fruta

- Vichyssoise con picatostes caseros. Fruta

FESTIVO FESTIU



20 793 81 29 38

Ensalada de verduras de temporada

Espirales a la napolitana A1 A7 A9 I7

Boquerones rebozados (horno) con brócoli A1 A4 A7 A8 A9 A11 A10 A14 I6 I8 I7

Fruta

- Pavo con judías verdes y puré de patatas. Fruta

21 587 38 29 33

Ensalada de verduras de temporada

Crema de calabacín ecológico

Pollo con patatas I5 I8 I7

Yogur A9 I7

- Brocheta de salmón con verduras. Fruta

22 666 85 29 23

Ensalada con fruta

Lentejas con verduras A1 A3 I6 I9

Tortilla de patatas A7 I7

Fruta

- Brócoli y coliflor especiados con atún. Fruta

25 612 48 24 35

Ensalada de verduras de temporada

Guisado de patata con verduras A3

Longanizas con pisto A3 A9 I7 I5 I8 I2

Fruta

- Bacalao con pimientos y calabacín. Fruta

26 602 48 42 24

Ensalada de verduras de temporada

Sopa de fideos A1 A7 A6 I8 I5 I7 I2

Gallo San Pedro en salsa de tomate A8 I7 I8

Fruta

- Menestra rehogada con ajitos y lomo. Fruta

27 711 106 17 23

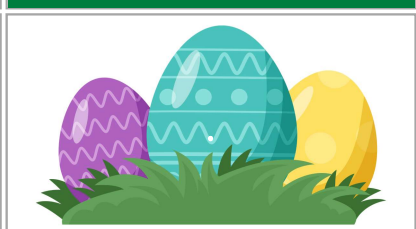
Ensalada de verduras de temporada

Arroz al horno A3 A9 A13 I2 I8 I6 I7 I5

Hummus de garbanzos casero con picos A3 A1 A12 A14 I6

Fruta

- Tortilla francesa y brócoli hervido. Fruta



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 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



RICOCHF

Menú basal març

Colegio La Purísima



04 787 67 24 45

Amanida de verdures de temporada

Bullit valencià A3 I6

Mandonguilles en salsa amb cous cous A14 A1 A3 A10 I2 I6 I7 I8 I5

Fruita

- Bacallà amb creïlles i espinacs. Fruita

05 637 64 37 25

Amanida amb fruita

Llenties de l'àvia A1 A3 I8 I2 I5 I7 I6 I9

Truita francesa amb pernil dolç A7 A9 A14 I5 I2 I6 I7 I8

Fruita

- Llom de porc amb xips de moniato. Fruita

06 757 54 46 37

Amanida de verdures de temporada

Espaguetis a la carbonara A9 A1 A7 A14 I8 I6 I7 I5 I8 I2

Lluç en salsa A8 I8 I7

Iogurt A9 I7

- Ous al plat amb tomaca i pèsols. Fruita

07 628 53 40 27

Amanida de verdures de temporada

Sopa de fideus ECO A1 I8 I5 I2 I7

Pollastre amb creïlles I5 I8 I7

Fruita

- Salmó a la planxa amb verdures. Fruita

08 709 104 21 24

Amanida variada

Panini formatge A1 A9

Arròs del Senyoret A3 A4 A11 I8 I7 I6

Fruita

-Tortilla de coliflor amb amanida i formatge. Fruita

11 664 67 25 32

Amanida de verdures de temporada

Sopa minestrone amb caracoles A1 A7

Hamburguesa 100% pollastre amb samfaina I5 I7 I8 I6

Fruita

- Truita i alberginia amb burrata. Fruita

12 669 66 34 29

Amanida de verdures de temporada

Macarrons integrals amb salsa de verdures i formatge A9 A1 A7 A3 I7 I6

Bacallà amb salsa mery A8 I8 I7

Fruita

- Llom en salsa amb nyoquis de creïlla. Fruita

13 621 58 27 30

Amanida amb fruita

Cigrons estofats amb xoriço A3 A9 I2 I5 I7 I8 I6

Truita de carabasseta A7 I7

Fruita

- Saltejat de pèsols, ceba i salmó. Fruita

14 724 61 31 37

Amanida de verdures de temporada

Guisat de costelles i creïlles I8 I5 I2 I7 I6

Quadradets de lluç arrebossats A1 A8 A10 A14 I7 I8 I6

Iogurt A9 I7

- Pollastre a l'all amb minestra. Fruita

15 766 97 25 30

Amanida de verdures de temporada

Arròs amb tomaca

Torrada integral amb remenat de formatge A1 A7 A9 I7

Fruita

- Vichyssoise amb crostons cassolans. Fruita

FESTIVO FESTIU



20 793 81 29 38

Amanida de verdures de temporada

Espirals a la napolitana A1 A7 A9 I7

Boquerons arrebossats (forn) amb bròquil A1 A4 A7 A8 A9 A11 A10 A14 I6 I8 I7

Fruita

-Gall dindi amb mongetes tendres i puré de creïlles. Fruita

21 587 38 29 33

Amanida de verdures de temporada

Crema de carabasseta ecològica

Pollastre amb creïlles I5 I8 I7

Iogurt A9 I7

- Broqueta de salmó amb verdures. Fruita

22 666 85 29 23

Amanida amb fruita

Llenties amb verdures A1 A3 I6 I9

Truita de creïlles A7 I7

Fruita

- Brocoli i coliflor especiats amb tonyina. Fruita

25 612 48 24 35

Amanida de verdures de temporada

Guisat de creïlla amb verdures A3

Llonganisses amb samfaina A3 A9 I7 I5 I8 I2

Fruita

- Bacallà amb pebrots i carbassó. Fruita

26 602 48 42 24

Amanida de verdures de temporada

Sopa de fideus A1 A7 A6 I8 I5 I7 I2

Gall Sant Pere en salsa de tomaca A8 I7 I8

Fruita

- Menestra ofegada amb ajitos i llomello. Fruita

27 711 106 17 23

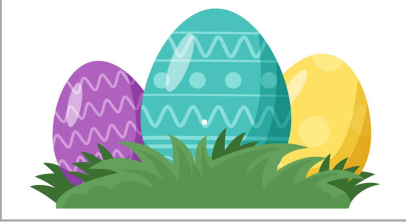
Amanida de verdures de temporada

Arròs al forn A3 A9 A13 I2 I8 I6 I7 I5

Hummus de cigrons casolà amb pics A3 A1 A12 A14 I6

Fruita

- Truita francesa i bròcoli bullit. Fruita



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
 110 - 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