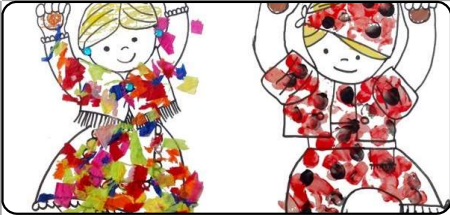
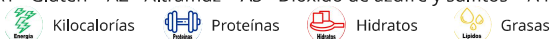


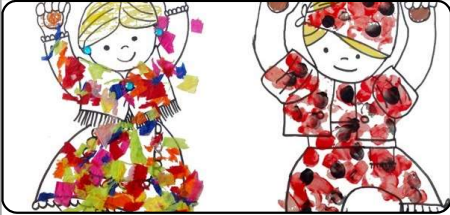
02  704  70  23  36 Ensalada de verduras de temporada Macarrones ecológicos con tomate, champiñón y zanahoria A3 A1 Hamburguesa con queso A9 I8 I5 I2 I7 Fruta de temporada - Revuelto de champiñones, calabacín y puerro con patatas al horno. Fruta	03  627  40  36  36 Ensalada de verduras de temporada Garbanzos estofados A3 A9 I2 I5 I7 I8 I6 Bacalao con pisto A8 I7 I8 Fruta de temporada - Crema de calabacín y panini de jamón con queso. Fruta	04  668  78  21  30 Ensalada de verduras de temporada Arroz a la hortelana Revuelto de bacon A9 A14 A7 I8 I6 I2 I5 I7 Fruta de temporada - Alas de pollo con bastones de boniato. Fruta	05  584  57  28  26 Ensalada con fruta Crema de calabaza y boniato Jamoncitos de pollo en su jugo con cous cous A1 A7 I8 I5 I7 Yogur A9 I7 - Bacalao con pimientos, calabacín y tomate. Fruta	06  535  58  26  20 Ensalada de verduras de temporada Empedrado de legumbres A3 I6 I10 Tortilla de atún A8 A7 I7 I8 Fruta de temporada - Gazpacho andaluz con picatostes y pavo a la plancha . Fruta
09  521  74  14  18 Ensalada de verduras de temporada Arroz con tomate Tortilla francesa con maíz salteado A7 Fruta de temporada - Pavo con judías verdes y puré de patatas. Fruta	10  750  73  32  36 Ensalada de verduras de temporada Espaguetis integrales a la carbonara vegetal A1 A7 A9 I7 Boquerones rebozados A1 A4 A7 A8 A9 A11 I7 I8 Fruta de temporada - Hervido valenciano. Salmón al papillote. Fruta.	11  607  61  35  24 Ensalada de verduras de temporada Lentejas jardinera A1 I9 I6 Merluza a la vizcaína A8 I8 I7 Fruta de temporada - Tortilla de coliflor con ensalada de tomate y queso. Fruta	 FESTIVO	
16  540  47  32  24 Ensalada de verduras de temporada Patatas gratinadas con queso A9 I7 Gallo San Pedro al limón con judías verdes A8 I7 I8 I10 I6 Fruta de temporada Berenjena, tomate y queso al horno	17  521  60  17  22 Ensalada de verduras de temporada Crema de puerros y zanahoria Pizza de jamón york y queso A1 A9 A14 I8 I5 I2 I7 I6 Fruta de temporada - Merluza al horno con patatas y espárragos. Fruta	18  664  70  45  21 Ensalada con fruta Sopa de fideos A1 A7 A6 I8 I5 I7 I2 Cocido completo I8 I7 I5 I2 I6 Fruta de temporada - Tosta de aguacate con revuelto de atún. Fruta	19  791  93  22  37 Ensalada completa (lechuga, tomate, maíz y queso fresco) A9 I7 Arroz del senyoret A3 A4 A11 I8 I7 Bastones de verduras en tempura A1 A4 A7 A8 A9 A11 A13 A14 I6 I8 I7 Yogur A9 I7 - Pollo con pisto. Fruta	20  673  81  26  24 Ensalada de verduras de temporada Alubias pintas con verduras I10 I6 Tortilla de patatas con montadito de aceite y pimentón A7 A1 I7 Fruta de temporada - Salmón a la plancha con salteado de verduras. Fruta
23  569  59  25  25 Ensalada de verduras de temporada Sopa juliana (con fideos) A6 A1 A7 Magro en salsa con patatas I2 I5 I8 I7 Fruta de temporada - Huevos al plato con tomate y guisantes. Fruta	24  610  61  36  25 Ensalada de verduras de temporada Lentejas ecológicas con verduras A1 I6 I9 Merluza al horno con base de tomate frito casero y cebollita pochada A8 I7 I8 Fruta de temporada - Alas de pollo con bastones de boniato. Fruta	25  716  96  23  26 Hummus de garbanzos con picos A3 A1 A12 A14 I6 Lasaña casera boloñesa A1 A9 A3 A14 I8 I7 I5 I2 I6 Fruta de temporada - Menestra rehogada con ajitos. Fruta	26  520  41  30  26 Ensalada de verduras de temporada Crema de calabacín ecológico Contramuslo de pollo deshuesado con champiñones I7 I5 I8 Yogur A9 I7 - Bacalao al horno con patatas a lo pobre, espinacas. Fruta	27  556  47  30  26 Ensalada con fruta Marmitako de pescado A8 A3 I8 I7 Tortilla francesa con guisantes salteados A7 I7 I6 Fruta de temporada - Berenjena rellena. Fruta
30  629  71  23  27 Ensalada de verduras de temporada Crema bretona (alubias blancas y puerros) A3 I10 I6 Calamares enharinados caseros con mazorca de maíz A4 A8 A1 I7 I8 Fruta de temporada - Champiñones al ajillo y huevo revuelto. Fruta				

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



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

02  704  70  23  36	03  627  40  36  36	04  668  78  21  30	05  584  57  28  26	06  535  58  26  20
Salad Organic macaroni with tomato, mushroom and carrot A3 A1 Burger with cheese A9 I8 I5 I2 I7 Season's fruit -Scrambled mushrooms, zucchini and leeks with baked potatoes. Fruit	Salad Chickpea stew A3 A9 I2 I5 I7 I8 I6 Cod with pisto A8 I7 I8 Season's fruit - Cream of zucchini and ham panini with cheese. Fruit	Salad Vegetable rice Scrambled eggs with bacon A9 A14 A7 I8 I6 I2 I5 I7 Season's fruit - Chicken wings with sweet potato sticks. Fruit	Salad with fruit Pumpkin and sweet potato cream Chicken hams in their juice with cous cous A1 A7 I8 I5 I7 Yogurt A9 I7 - Cod with peppers, zucchini and tomato. Fruit	Salad Stoned vegetables A3 I6 I10 Tuna omelette A8 A7 I7 I8 Season's fruit - Andalusian gazpacho with croutons and grilled turkey. Fruit
09  521  74  14  18	10  750  73  32  36	11  607  61  35  24		
Salad Eggless Cuban Rice. French omelette with sautéed corn A7 Season's fruit -Turkey with green beans and mashed potatoes. Fruit	Salad Whole wheat spaghetti with vegetable carbonara A1 A7 A9 I7 Battered anchovies A1 A4 A7 A8 A9 A11 I7 I8 Season's fruit - Boiled vegetables. Baked salmon. Fruit.	Salad Jardinière lentils A1 I9 I6 "Vizcaina" hake A8 I8 I7 Season's fruit -Cauliflower omelette with tomato and cheese salad. Fruit	FESTIVO	
16  540  47  32  24	17  521  60  17  22	18  664  70  45  21	19  791  93  22  37	20  673  81  26  24
Salad Potatoes gratin with cheese A9 I7 Gallo San Pedro with lemon and green beans A8 I7 I8 I10 I6 Season's fruit	Salad Leek and carrot cream Ham and cheese pizza A1 A9 A14 I8 I5 I2 I7 I6 Season's fruit -Hake baked with potatoes and asparagus. Fruit	Salad with fruit Noodle Soup A1 A7 A6 I8 I5 I7 I2 I8 I7 I5 I2 I6 Cocido Season's fruit - Avocado toast with tuna scrambled eggs. Fruit	Full salad (lettuce, tomato, corn and fresh cheese) A9 I7 Señorito rice A3 A4 A11 I8 I7 Fried vegetables A1 A4 A7 A8 A9 A11 A13 A14 I6 I8 I7 Yogurt A9 I7 - Chicken with ratatouille. Fruit	Salad Black beans with vegetables I10 I6 Potato omelette with oil and paprika montadito A7 A1 I7 Season's fruit - Grilled salmon with sautéed vegetables. Fruit
23  569  59  25  25	24  610  61  36  25	25  716  96  23  26	26  520  41  30  26	27  556  47  30  26
Salad Julianne soup A6 A1 A7 Lean in sauce with potatoes I2 I5 I8 I7 Season's fruit - Baked eggs with tomato and peas. Fruit	Salad Organic lentils with vegetables A1 I6 I9 Baked hake with homemade tomato sauce and sauteed onion A8 I7 I8 Season's fruit - Chicken wings with sweet potato sticks. Fruit	Hummus with bread sticks A3 A1 A12 A14 I6 Bolognese lasagna A1 A9 A3 A14 I8 I7 I5 I2 I6 Season's fruit - Sautéed menestra with garlic. Fruit	Salad Cream of zucchini ecological Boneless chicken thigh with mushrooms I7 I5 I8 Yogurt A9 I7 - Baked cod with potatoes and spinach. Fruit	Salad with fruit Fish marmitako A8 A3 I8 I7 French omelet with sautéed peas A7 I7 I6 Season's fruit - Stuffed eggplant. Fruit
30  629  71  23  27				
Salad Breton cream (white beans and leeks) A3 I10 I6 Homemade floured squid with corn on the cob A4 A8 A1 I7 I8 Season's fruit Garlic mushrooms and scrambled egg. Fruit				

A1 - Gluten A2 - Lupin A3 - Sulphur dioxide and sulphites A4 - Mollusk A5 - Peanut A6 - Celery A7 - Eggs A8 - Fish A9 - Dairy A10 - Mustard A11 - Crustacean A12 - Sesame A13 - Nuts A14 - Soy



I8 - Ovolutovegetariano 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