

02 704 70 23 36 Ensalada de verduras de temporada Macarrones ecológicos con tomate, champiñón y zanahoria A3A1 Hamburguesa con queso A9I8I5I2I7 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 A3A9I2I5I7I8I6 Magro con pisto I7I8 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 A9A14A7I8I6I2I5I7 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 A1A7I8I5I7 Yogur A9I7 Contramuslo de pollo con salteado de champiñón y cebolla	06 535 58 26 20 Ensalada de verduras de temporada Empedrado de legumbres A3I6I10 Tortilla de queso A9A7I7I8 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 A1A7A9I7 Lomo a la plancha I7I8 Fruta de temporada Hervido valenciano con huevo	11 607 61 35 24 Ensalada de verduras de temporada Lentejas jardinera A1I9I6 Revuelto de huevo con tomate A7I8I7 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 A9I7 Pollo al horno con limón I7I8I10I6 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 A1A9A14I8I5I2I7I6 Fruta de temporada Pollo al horno con patatas deluxe	18 664 70 45 21 Ensalada con fruta Sopa de fideos A1A7A6I8I5I7I2 Cocido completo I8I7I5I2I6 Fruta de temporada Tosta de tomate y queso fresco	19 791 93 22 37 Ensalada completa (lechuga, tomate, maíz y queso fresco) A9I7 Arroz caldoso con judías I8I7 Parrillada de verduras A3I6I8I7 Yogur A9I7 - Pollo con pisto. Fruta	20 673 81 26 24 Ensalada de verduras de temporada Alubias pintas con verduras I10I6 Tortilla de patatas con montadito de aceite y pimentón A7A1I7 Fruta de temporada Menestra de verduras salteada con jamón y tomate
23 569 59 25 25 Ensalada de verduras de temporada Sopa juliana (con fideos) A6A1A7 Magro en salsa con patatas I2I5I8I7 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 A1I6I9 Tortilla francesa con pisto A7I7I8 Fruta de temporada - Alas de pollo con bastones de boniato. Fruta	25 716 96 23 26 Hummus de garbanzos con picos A3A1A12A14I6 Lasaña casera boloñesa A1A9A3A14I8I7I5I2I6 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 I7I5I8 Yogur A9I7 Lomo con patatas a lo pobre	27 556 47 30 26 Ensalada con fruta Guisado de patatas con verduras y legumbres A3I8I7 Tortilla francesa con guisantes salteados A7I7I6 Fruta de temporada - Berenjena rellena. Fruta
30 629 71 23 27 Ensalada de verduras de temporada Crema bretona (alubias blancas y puerros) A3I10I6 Pollo al horno con mazorca de maíz A5A13I7I8 Fruta de temporada - Champiñones al ajillo y huevo revuelto. Fruta	HALLOWEEN			

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

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

02 704 70 23 36 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	03 627 40 36 36 Salad Chickpea stew A3 A9 I2 I5 I7 I8 I6 Loin with ratatouille I7 I8 Season's fruit - Cream of zucchini and ham panini with cheese. Fruit	04 668 78 21 30 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	05 584 57 28 26 Salad with fruit Pumpkin and sweet potato cream Chicken hams in their juice with cous cous A1 A7 I8 I5 I7 Yogurt A9 I7 Chicken drumstick with sautéed mushroom and onion	06 535 58 26 20 Salad Stoned vegetables A3 I6 I10 Cheese tortilla A9 A7 I7 I8 Season's fruit - Andalusian gazpacho with croutons and grilled turkey. Fruit
09 521 74 14 18 Salad Eggless Cuban Rice. French omelette with sautéed corn A7 Season's fruit -Turkey with green beans and mashed potatoes. Fruit	10 750 73 32 36 Salad Whole wheat spaghetti with vegetable carbonara A1 A7 A9 I7 Grilled loin I7 I8 Season's fruit Boiled Valenciano with egg	11 607 61 35 24 Salad Jardinière lentils A1 I9 I6 Scrambled eggs with tomato A7 I8 I7 Season's fruit -Cauliflower omelette with tomato and cheese salad. Fruit		
16 540 47 32 24 Salad Potatoes gratin with cheese A9 I7 Baked chicken with lemon I7 I8 I10 I6 Season's fruit	17 521 60 17 22 Salad Leek and carrot cream Ham and cheese pizza A1 A9 A14 I8 I5 I2 I7 I6 Season's fruit Baked chicken with deluxe potatoes	18 664 70 45 21 Salad with fruit Noodle Soup A1 A7 A6 I8 I5 I7 I2 Cocido I8 I7 I5 I2 I6 Season's fruit Tomato and fresh cheese toast	19 791 93 22 37 Full salad (lettuce, tomato, corn and fresh cheese) A9 I7 Soupy rice with beans I8 I7 Grilled vegetables A3 I6 I8 I7 Yogurt A9 I7 - Chicken with ratatouille. Fruit	20 673 81 26 24 Salad Black beans with vegetables I10 I6 Potato omelette with oil and paprika montadito A7 A1 I7 Season's fruit Sautéed vegetable stew with ham and tomato
23 569 59 25 25 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	24 610 61 36 25 Salad Organic lentils with vegetables A1 I6 I9 Omelette with ratatouille A7 I7 I8 Season's fruit - Chicken wings with sweet potato sticks. Fruit	25 716 96 23 26 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	26 520 41 30 26 Salad Cream of zucchini ecological Boneless chicken thigh with mushrooms I7 I5 I8 Yogurt A9 I7 loin with potatoes "a lo pobre"	27 556 47 30 26 Salad with fruit French omelet with sautéed peas A3 I8 I7 Season's fruit A7 I7 I6 - Stuffed eggplant. Fruit
30 629 71 23 27 Salad Breton cream (white beans and leeks) A3 I10 I6 Baked chicken with sautéed corn 16-05-2022 A5 A13 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

Kilocalories Protein Carbohydrates Fats

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