

01 674 64 35 30

Lechuga, manzana y aceitunas

Espaguetis a la
amatriciana A1 A7 A9
(tomate, bacon y
queso) 16 17 12

Revuelto de huevo con
tomate A7 17
18

Fruta de temporada

- Menestra rehogada con ajitos.
Fruta

08 624 70 35 22

Lechuga, maíz y aceitunas

Macarrones ecológicos
con boloñesa vegetal A1
A14 16

Pechuoa de Pollo a la
Provenzal 18
17

Fruta de temporada

- Gazpacho andaluz con picatostes
pavo a la plancha . Fruta

15 914 127 31 33

Pepino troceado aliñado

Arroz milanese con
taquitos de magro 18
17

Tosta de queso A1 A9 17

Fruta de temporada

- Berenjena rellena. Fruta

12 614 62 35 24

Lechuga, tomate y maíz

Crema de coliflor y
manzana A9
17

Contramuslo
deshuesado con patatas
deluxe 15 12
18 17

Fruta de temporada

- Lasaña de calabacín y verduras al
gusto con soja texturizada. Fruta

13 783 81 34 35

Lechuga, pepino y aceitunas

Alubias blancas estofadas A3
Tortilla francesa A7

Fruta de temporada

- Sopa de brócoli, entremeses y fruta

14 631 45 40 31

Ensalada completa con
huevo (sin atún) A7
17 18

Arroz al
horno A3 A9 A13 12 18 16
17 15

Fruta de temporada

Pollo al horno con patatas deluxe

11 786 77 31 38

Chupito de gazpacho
andaluz A1

Espirales con tomate y
brócoli A1 A7

Pollo con manzana 17 18

Yogur A9 17

- Salteado de guisantes con tomate
y ternera. Fruta

10 620 82 21 22

Ensalada completa con
huevo (sin atún) A7
17 18

Arroz al
horno A3 A9 A13 12 18 16
17 15

Fruta de temporada

Pollo al horno con patatas deluxe

10 624 70 35 22

Lechuga, maíz y aceitunas

Macarrones ecológicos
con boloñesa vegetal A1
A14 16

Pechuoa de Pollo a la
Provenzal 18
17

Fruta de temporada

- Gazpacho andaluz con picatostes
pavo a la plancha . Fruta

11 786 77 31 38

Chupito de gazpacho
andaluz A1

Espirales con tomate y
brócoli A1 A7

Pollo con manzana 17 18

Yogur A9 17

- Salteado de guisantes con tomate
y ternera. Fruta

12 614 62 35 24

Lechuga, tomate y maíz

Crema de coliflor y
manzana A9
17

Contramuslo
deshuesado con patatas
deluxe 15 12
18 17

Fruta de temporada

- Lasaña de calabacín y verduras al
gusto con soja texturizada. Fruta

13 783 81 34 35

Lechuga, pepino y aceitunas

Alubias blancas estofadas A3
Tortilla francesa A7

Fruta de temporada

- Sopa de brócoli, entremeses y fruta

14 631 45 40 31

Ensalada completa con
huevo (sin atún) A7
17 18

Arroz al
horno A3 A9 A13 12 18 16
17 15

Fruta de temporada

Pollo al horno con patatas deluxe

15 914 127 31 33

Lechuga, maíz y aceitunas

Macarrones ecológicos
con boloñesa vegetal A1
A14 16

Pechuoa de Pollo a la
Provenzal 18
17

Fruta de temporada

- Gazpacho andaluz con picatostes
pavo a la plancha . Fruta

16 631 45 40 31

Ensalada completa con
huevo (sin atún) A7
17 18

Arroz al
horno A3 A9 A13 12 18 16
17 15

Fruta de temporada

Pollo al horno con patatas deluxe

17 607 58 23 31

Lechuga, pepino y aceitunas

Alubias blancas estofadas A3
Tortilla francesa A7

Fruta de temporada

- Sopa de brócoli, entremeses y fruta

18 651 47 19 43

Chupito de gazpacho
andaluz A1

Espirales con tomate y
brócoli A1 A7

Pollo con manzana 17 18

Yogur A9 17

- Salteado de guisantes con tomate
y ternera. Fruta

19 656 72 25 29

Lechuga, tomate y maíz

Crema de coliflor y
manzana A9
17

Contramuslo
deshuesado con patatas
deluxe 15 12
18 17

Fruta de temporada

- Lasaña de calabacín y verduras al
gusto con soja texturizada. Fruta

20 812 82 42 34

Lechuga, pepino y aceitunas

Alubias blancas estofadas A3
Tortilla francesa A7

Fruta de temporada

- Sopa de brócoli, entremeses y fruta

21 720 61 32 35

Ensalada completa con
huevo (sin atún) A7
17 18

Arroz al
horno A3 A9 A13 12 18 16
17 15

Fruta de temporada

Pollo al horno con patatas deluxe

22 620 82 21 22

Ensalada completa con
huevo (sin atún) A7
17 18

Arroz al
horno A3 A9 A13 12 18 16
17 15

Fruta de temporada

Pollo al horno con patatas deluxe

23 607 58 23 31

Lechuga, pepino y aceitunas

Alubias blancas estofadas A3
Tortilla francesa A7

Fruta de temporada

- Sopa de brócoli, entremeses y fruta

24 624 77 30 21

Lechuga, tomate y zanahoria

Arroz a la cubana con
huevo duro A7
17

Wok de pavo A14 18 15 17 16

Fruta de temporada

- Lasaña de calabacín y verduras al
gusto con soja texturizada. Fruta

25 583 64 33 22

Lechuga, zanahoria y maíz

Lentejas ecológicas con
verduras A1 16
19

Huevos al
horno con
pisto A7 A1 A6 A9
A10 A14 17 18

Fruta de temporada

- Ternera salteada con calabacín a la
plancha y tosta de aceite. Fruta

26 624 77 30 21

Lechuga, tomate y zanahoria

Arroz a la cubana con
huevo duro A7
17

Wok de pavo A14 18 15 17 16

Fruta de temporada

- Lasaña de calabacín y verduras al
gusto con soja texturizada. Fruta

27 607 58 23 31

Lechuga, pepino y aceitunas

Alubias blancas estofadas A3
Tortilla francesa A7

Fruta de temporada

- Sopa de brócoli, entremeses y fruta

28 634 57 37 28

Ensalada de temporada

Espaquetis con tomate
aderezado y aceitunas A1
A7 18
17

Revuelto de huevo con
tomate A7 17
18

Yogur A9 17

- Menestra rehogada con ajitos.
Fruta

29 526 47 19 28

Lechuga, pepino y tomate

Crema de
legumbres A3 A1 16 110
19

Tortilla de calabacín y
patata A7
17

Fruta de temporada

- Pizza de jamón york y queso
casera. Fruta

FESTIVO

La recomendación de cena son los platos detallados en la franja azul 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 - 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

01 674 64 35 30

Lettuce, apple and olives

Spaghetti alla
amatriciana
(tomateo, bacon
and cheese) A1 A7 A9
A14 I8 I5
I6 I7 I2

Scrambled eggs with
tomato A7 I7
I8

Season's fruit

- Sautéed menestra with garlic. Fruit

04 701 70 33 31

Andalusian gazpacho A1

Spirals pasta with tomato
and broccoli A1 A7

Chicken with apple I7 I8

Yogurt A9 I7

-Sautéed peas with tomato and
beef. Fruit

05 517 47 28 24

Lettuce, tomato and corn salad

Cauliflower and apple
cream A9 I7

Boneless chicken with
deluxe potatoes I5 I2
I8 I7

Season's fruit

- Lasagna of zucchini and vegetables
to taste with texturized soy. Fruit

06 559 60 25 21

Lettuce, cucumber, olives salad

Braised white beans A3

Omelette A7

Season's fruit

-Broccoli soup, hors d'oeuvres and
fruit

07 620 82 21 22

Full salad (without
tuna) A7 I7
I8

Arroz al
horno A3 A9 A13 I2 I8 I6
I7 I5

Season's fruit

Baked chicken with deluxe potatoes

08 624 70 35 22

Lettuce, corn and olives salad

Organic macaroni with
vegetable bolognese A1
A14 I6
I7 I2

Provençal Chicken Breast I8 I7

Season's fruit

- Andalusian gazpacho with
croutons and grilled turkey. Fruit

11 786 77 31 38

Mixed salad

Neapolitan
elbows A1 A7 A9
I7

Grilled loin I7 I8

Season's fruit

-Baked chicken with baked apple
and vegetables. Fruit

12 614 62 35 24

Lettuce, cucumber and tomato
salad

ECO zucchini and carrot cream

Garlic chicken thigh
with cous cous A1 A7
I8 I5 I7

Season's fruit

Vegetable burger with avocado.
Fruit

13 783 81 34 35

Lettuce, corn and olives salad

Jardinière lentils A1 I9 I6

Potato omelette with
diced aubergine A7 I7

Homemade
chocolate
dessert A9 A1 A7 A5
A13 I6 I7

Chicken drumstick with sautéed
mushroom and onion

14 631 45 40 31

Lettuce, tomato and corn salad

Noodle soup
with chickpeas A1 A7 A3 I6
I7 I5 I8

Chicken in sauce I8 I7

Season's fruit

French omelette and boiled broccoli.
Fruit

15 914 127 31 33

Chopped cucumber, seasoned

Milanese rice with lean
cubes I8 I7

Cheese toast A1 A9 I7

Season's fruit

- Stuffed eggplant. Fruit

18 651 47 19 43

Lettuce, cucumber, olives salad

Valencian hervido A3 I6 I10

Veal meatballs
in sauce A3 A9 A14 I5
I6 I8 I7 I2

Season's fruit

Sautéed vegetable stew with ham
and tomato

19 656 72 25 29

Lettuce, tomato and corn salad

Chickpea stew with
vegetables I6

Omelette with "whole
wheat bread" A7 A1 I7

Season's fruit

- Quinoa salad. Fruit

20 812 82 42 34

Full salad (without
tuna) A7 I8
I7

Valencian
paella I8 I5 I7 I6
I10

Turkey and
cheese cold
cuts A9 A6 A7 A14
I8 I5 I6 I7

Season's fruit

Baked chicken with deluxe potatoes

21 720 61 32 35

Andalusian gazpacho A1

White Bean Salad I10 I6
I2 I5 I8 I7

Season's fruit

- Vegetable soup and omelette. Fruit

FESTIVO

25 583 64 33 22

Lettuce, carrot and corn salad

Organic lentils with
vegetables A1 I6
I9

Baked eggs
with ratatouille A7 A1 A6 A9
A10 A14 I7 I8

Season's fruit

Sautéed veal with grilled zucchini
and oil toast. Fruit

26 624 77 30 21

Lettuce, tomato and carrot
salad

Cuba style rice with hard-
boiled egg A7 I7

Turkey wok A14 I8 I5 I7 I6

Season's fruit

- Lasagna of zucchini and vegetables
to taste with texturized soy. Fruit

27 607 58 23 31

Lettuce, cucumber, olives salad

Vegetable and potato stew A3

Rosemary roasted chicken
with sweet potato chips I5
I8 I7

Season's fruit

- Baked eggs with tomato and peas.
Fruit

28 634 57 37 28

Salad

Spaghetti with
seasoned tomato, and
olives A1 A7
I8 I7

Scrambled eggs with
tomato A7 I7
I8

Yogurt A9 I7

- Sautéed menestra with garlic. Fruit

29 526 47 19 28

Lettuce, cucumber and tomato
salad

Vegetable
cream A3 A1 I6 I10
I9

Zucchini and potato
omelette A7 I7

Season's fruit

-Homemade ham and cheese pizza.
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