



RICOCHF

Menú sin APLV febrero

Colegio Miralmonte



05 654 64 39 26 ENSALADA DE TEMPORADA CON NARANJA LENTEJAS DE LA ABUELA A1 A3 18 12 15 17 16 19 TORTILLA DE ATÚN A8 A7 17 18 FRUTA - Crema de verduras y salmón al papillote. Fruta	06 601 49 26 33 ENSALADA DE VERDURAS DE TEMPORADA HERVIDO VALENCIANO A3 16 LONGANIZAS 100% POLLO CON SALSA DE TOMATE A3 16 18 17 15 FRUTA - Bacalao gratinado con all i oli	07 611 75 23 22 ENSALADA DE TEMPORADA CON NARANJA CREMA BRETONA (ALUBIAS BLANCAS Y PUERROS) A3 16 110 PANINI CASERO DE TAQUITOS DE PAVO Y TOMATE (SIN QUESO) A1 15 18 17 FRUTA - Contramuslo de pollo con champiñones y chips de boniato	08 645 72 29 26 ENSALADA DE VERDURAS DE TEMPORADA MACARRONES ECOLÓGICOS CON BERENJENA Y TOMATE (SIN QUESO) A1 17 RAPE A LA CAZUELA A8 17 18 FRUTA - Tortilla francesa y brócoli hervido. Fruta	09 920 86 47 45 ENSALADA DE VERDURAS DE TEMPORADA ARROZ TRES DELICIAS SIN JAMÓN COCIDO A7 15 12 17 18 16 POLLO SATAY CON SALSA DE CURRY (SIN LACTOSA) 18 15 17 POSTRE ESPECIAL (SIN LACTOSA) A7 A1 17 - Lomo en salsa con ñoquis de patata. Fruta
13 860 109 33 33 ENSALADA DE VERDURAS DE TEMPORADA ARROZ A BANDA A3 A4 A11 A2 18 17 REVUELTO DEL CHEF A7 17 FRUTA - 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 A1 A1 GALLO SAN PEDRO CON JUDÍAS VERDES A8 16 18 17 FRUTA - Brócoli con patatas	15 661 61 43 25 ENSALADA DE VERDURAS DE TEMPORADA SOPA DE FIDEOS ECOLÓGICOS A1 18 15 12 17 JAMONCITOS DE POLLO CON PATATAS 15 18 17 FRUTA - Albóndigas jardinera	16 528 54 15 27 ENSALADA DE TEMPORADA CON NARANJA CREMA DE CALABAZA, GARBANZOS Y BONIATO A3 16 TORTILLA DE PATATAS A7 17 YOGUR DE SOJA A1 A13 A14 17 - Merluza enharinada casera	
19 649 58 26 34 ENSALADA DE VERDURAS DE TEMPORADA CREMA DE PUERROS Y PERA A3 ALITAS DE POLLO AL HORNO CON CHAMPIÑONES Y PATATAS 17 18 15 FRUTA DE TEMPORADA - Salmón a la plancha con verduras. Fruta	20 616 61 27 30 ENSALADA DE VERDURAS DE TEMPORADA LENTEJAS ECOLÓGICAS CON VERDURAS A1 15 16 TORTILLA FRANCESA CON MAÍZ SALTEADO A1 17 FRUTA - Fajitas de pollo	21 738 69 42 33 ENSALADA DE VERDURAS DE TEMPORADA MACARRONES INTEGRALES CON TOMATE Y ATÚN A8 A1 A7 16 17 18 12 15 MERLUZA 'AL AJILLO' CON GUISANTES A8 17 16 18 FRUTA - Tosta de hummus, verduras y mazorca de maíz	22 535 65 23 20 ENSALADA DE VERDURAS DE TEMPORADA ARROZ AL HORNO CON MAGRO DE CERDO (SIN EMBUTIDOS) A3 12 18 16 17 15 BACALAO AL HORNO A8 18 17 YOGUR DE SOJA A1 A13 A14 17 - Filete de lomo con parrillada de verduras. Fruta	23 662 66 30 28 ENSALADA DE TEMPORADA CON NARANJA FABADA VEGETAL TORTILLA FRANCESA CON TOMATE NATURAL A7 FRUTA - Chuleta de pavo plancha con verdura
26 630 69 31 25 ENSALADA DE VERDURAS DE TEMPORADA SOPA MINISTRONE CON CARACOLAS A1 A7 BACALAO A LA VIZCAÍNA A1 A8 17 18 FRUTA - Tortilla francesa con arroz de coliflor	27 646 65 36 26 ENSALADA DE TEMPORADA CON NARANJA POTAJE DE GARBANZOS CON VERDURAS 16 PECHUGA DE POLLO CON PATATAS AL HORNO 18 17 15 FRUTA - Coca de atún	28 691 92 17 28 DIP DE HUMMUS DE CALABAZA CON PAN A3 A1 16 ARROZ CON TOMATE TORTILLA FRANCESA A7 17 FRUTA - Crema de verduras con jamón y picatostes	29 471 24 30 29 ENSALADA DE VERDURAS DE TEMPORADA ROTTI DE PAVO CON SALSA DE VERDURAS A14 15 18 17 16 PATATAS COCIDAS CON AJO Y PEREJIL 18 15 12 16 17 YOGUR DE SOJA A1 A13 A14 17 - 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

110 - Alubias 15 - Carne 12 - Cerdo 16 - Legumbres 19 - No apto ovo-lacto-vegetariano 17 - No apto vegano

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