



RICOCHF

Menú pescado febrero

Colegio Miralmonte



05 654 64 39 26 ENSALADA DE TEMPORADA CON NARANJA LENTEJAS DE LA ABUELA A1 A3 18 12 15 17 16 18 TORTILLA DE QUESO A9 A7 17 18 FRUTA - Crema de verduras con tosta de jamón serrano. 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 Tortilla de patatas 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, TOMATE Y QUESO A1 A9 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, TOMATE Y QUESO A1 A9 17 TORTILLA FRANCESA A7 17 18 FRUTA - Tortilla francesa y brócoli hervido. Fruta	09 920 86 47 45 ENSALADA CHINA A9 A14 15 12 16 18 17 ARROZ TRES DELICIAS CASERO (GUISANTES, YORK, ZANAHORIA, TORTILLA) A9 A14 A7 15 12 17 18 16 POLLO SATAY CON SALSA DE CURRY A9 18 15 17 BIZCOCHO DEL DRAGÓN A9 A1 A7 17 - Lomo en salsa con ñoquis de patata. Fruta
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 Menestra de verduras salteada con jamón y tomate	13 860 109 33 33 ENSALADA DE VERDURAS DE TEMPORADA ARROZ MILANESA CON TAQUITOS DE MAGRO 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 A7 JUDÍAS VERDES CON JAMÓN SERRANO A14 16 18 17 FRUTA - Patatas rellenas gratinadas. Fruta	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 A9 17 Lomo a la plancha
26 630 69 31 25 ENSALADA DE VERDURAS DE TEMPORADA SOPA MINSTRONE CON CARACOLAS A1 A7 MAGRO EN SALSA DE TOMATE Y PIMIENTO 17 18 FRUTA - Tortilla de coliflor con ensalada y queso. Fruta	20 616 61 27 30 ENSALADA DE VERDURAS DE TEMPORADA LENTEJAS ECOLÓGICAS CON VERDURAS A1 18 16 TORTILLA FRANCESA CON MAÍZ SALTEADO A7 17 FRUTA Fajitas de pollo	21 738 69 42 33 ENSALADA DE VERDURAS DE TEMPORADA MACARRONES INTEGRALES AL BAFFO (TOMATE, NATA, JAMÓN YORK) A1 A7 A9 A10 A14 16 17 18 12 15 LOMO EN SALSA CON GUISANTES A14 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 A3 A9 A13 12 18 16 17 15 PECHUGA A LA PLANCHA 18 17 YOGUR A9 17 - Filete de lomo con parrillada de verduras. Fruta	23 662 66 30 28 ENSALADA DE TEMPORADA CON NARANJA FABADA VEGETAL TORTILLA DE QUESO CON PAN Y TOMATE A9 A7 A1 FRUTA Chuleta de pavo plancha con verdura
26 630 69 31 25 ENSALADA DE VERDURAS DE TEMPORADA SOPA MINSTRONE CON CARACOLAS A1 A7 MAGRO EN SALSA DE TOMATE Y PIMIENTO 17 18 FRUTA - Tortilla de coliflor con ensalada y queso. Fruta	27 646 65 36 26 ENSALADA DE TEMPORADA CON NARANJA POTAJE DE GARBANZOS CON VERDURAS 16 PECHUGA DE POLLO A LA CREMA CON PATATAS DELUXE A3 A9 18 17 15 FRUTA Coca de verduras y queso	28 691 92 17 28 ENTRANTE DE HUMMUS DE CALABAZA CON NACHOS A9 A3 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 CON BACON GRATINADAS A9 A14 18 15 12 16 17 YOGUR A9 17 Pollo al ajillo con champiñones	09 920 86 47 45 ENSALADA CHINA A9 A14 15 12 16 18 17 ARROZ TRES DELICIAS CASERO (GUISANTES, YORK, ZANAHORIA, TORTILLA) A9 A14 A7 15 12 17 18 16 POLLO SATAY CON SALSA DE CURRY A9 18 15 17 BIZCOCHO DEL DRAGÓN A9 A1 A7 17 - Lomo en salsa con ñoquis de patata. Fruta

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 - Lentejas 18 - 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

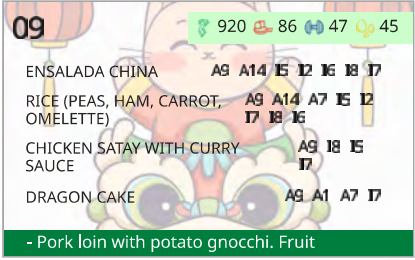
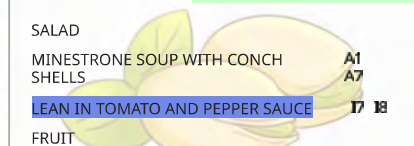


RICOCHF

Fish menu february

Colegio Miralmonte



05 654643926 SEASONAL SALAD WITH ORANGE GRANDMA'S LENTILS A1A3181215171619 CHEESE TORTILLA A9A71718 FRUIT - Vegetable cream with serrano ham toast. Fruit 	06 601492633 SALAD HERVIDO VALENCIANO A316 CHICKEN SAUSAGES 100% WITH TOMATE SAUCE A316181715 FRUIT Omelette with all i oli	07 611752322 SEASONAL SALAD WITH ORANGE BRETON CREAM (WHITE BEANS AND LEEKS) A316110 HOMEMADE PANINI WITH TURKEY, TOMATO AND CHEESE CUBES A1A9151817 FRUIT Chicken thigh with mushrooms and sweet potato chips	08 645722926 SALAD ORGANIC MACARONI WITH EGGPLANT, TOMATO AND CHEESE A1A917 OMELETTE A71718 FRUIT French omelette and boiled broccoli. Fruit	09 920864745 ENSALADA CHINA A9A141512161817 RICE (PEAS, HAM, CARROT, OMELETTE) A9A14A71512171816 CHICKEN SATAY WITH CURRY SAUCE A9181517 DRAGON CAKE A9A1A717 - Pork loin with potato gnocchi. Fruit 
13 8601093333 SALAD MILANESE RICE WITH LEAN CUBES 1817 CHEF'S SCRAMBLED EGGS A717 FRUIT -Turkey with green beans and mashed potatoes. Fruit	14 629673025 SALAD SPAGHETTI WITH SEASONED TOMATO, AND OLIVES A1A7A14161817 FRUIT - Gratin potatoes. Fruit	15 661614325 SALAD NOODLE SOUP ECO A118151217 CHICKEN WITH POTATOES 151817 FRUIT Meatballs gardener	16 528541527 SEASONAL SALAD WITH ORANGE PUMPKIN, CHICKPEA AND SWEET POTATO CREAM A316 OMELETTE A717 YOGURT A917 Grilled loin	
19 649582634 SALAD LEEK AND PEAR SOUP A3 CHICKEN WINGS WITH MUSHROOMS AND POTATOES 171815 SEASON'S FRUIT Sautéed vegetable stew with ham and tomato	20 616612730 SALAD ORGANIC LENTILS WITH VEGETABLES A11916 FRENCH OMELETTE WITH SAUTÉED CORN A717 FRUIT Chicken "fajitas"	21 738694233 SALAD WHOLE WHEAT MACARONI WITH BAFFO (TOMATO, CREAM, HAM) A1A7A9A10A141617181215 LOIN WITH SAUCE WITH PEAS A14171618 FRUIT - Hummus toast, vegetables and corn on the cob	22 535652320 SALAD ARROZ AL HORNO A3A9A131218161715 GRILLED BREAD 1817 YOGURT A917 Tenderloin steak with grilled vegetables	23 662663028 SEASONAL SALAD WITH ORANGE VEGETABLE FABADA CHEESE OMELETTE WITH TOMATO AND BREAD A9A7A1 FRUIT Turkey cutlet with vegetables 
26 630693125 SALAD MINISTRONE SOUP WITH CONCH SHELLS A1A7 LEAN IN TOMATO AND PEPPER SAUCE 1718 FRUIT -Cauliflower omelette with salad and cheese. Fruit 	27 646653626 SEASONAL SALAD WITH ORANGE CHICKPEA STEW WITH VEGETABLES 16 CREAMY CHICKEN BREAST WITH POTATOES A3A9181715 FRUIT Vegetable and cheese "coca"	28 691921728 PUMPKIN HUMMUS DIP WITH NACHOS A9A316 RICE WITH TOMATO OMELETTE A717 FRUIT - Vegetable cream with ham and croutons	29 471243029 SALAD TURKEY ROTI WITH VEGETABLE SAUCE A1415181716 POTATO AND BACON GRILL A9A141815121617 YOGURT A917 Chicken with garlic and mushrooms	



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

110 - Alubias 15 - Carne 12 - Cerdo 16 - Legumbres 19 - Lentejas 18 - No apto ovolactovegetariano 17 - No apto vegano

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