



RICOCHF

Menú Apto para APLV - diciembre

Colegio Miralmonte



02 1004 92 50 48

Ensalada de verduras de temporada

Macarrones con salsa de verduras A1 A7

Alitas de pollo con salsa de soja y miel con patatas A1 A14

Fruta

- Pescado con verduras al papillote. Fruta

03 658 74 42 21

Ensalada con fruta

Lentejas con verduras A1 A3 I6 I9

Gallo San Pedro con crema de judías verdes A8

Fruta

- Ragut de magro con tomates cherry. Fruta

04 758 85 23 36

Ensalada de verduras de temporada

Arroz con taquitos de magro

Longanizas 100% pollo con salsa de tomate A3

Fruta

- Pavo con col al pimentón. Fruta

05 756 49 42 44

Ensalada de verduras de temporada

Sopa de fideos con garbanzos A1 A7

Zarangollo A7

"Alpro" soja natural A14 A13

- Alcachofas y lubina al horno. Fruta



10 673 84 30 24

Ensalada de verduras de temporada

Sopa de pescado A8 A3 A4 A11 A1 (con estrellitas) A7 A10 A14 I7 I8 I6

Lágrimas de pollo caseras (maicena)

Fruta

Brocheta de verduras (V)

11 697 81 35 25

Ensalada de verduras de temporada

Esopaquetis con champiñones y cebolla A3 A1 A7

Merluza con crema de guisantes A8 I8 I7 I6

Fruta

- Dados de tofu con verduras. Fruta

12 700 49 26 42

Ensalada de verduras de temporada

Crema vikinga de calabaza y coliflor

Albóndigas de pollo en salsa con cous cous A14 A1 A10 A3

Postre especial (sin lácteo/huevo/frutos secos/cacahuete/soja)

Tortilla de berenjena

13 711 93 24 26

Ensalada con fruta

Paella de pollo I8 I5 I7

Bacalao enharinado casero A8 A1 A10 A14

Fruta

- Verduras y salmón al papillote. Fruta

16 558 48 25 29

Ensalada vegetal (V)

Crema de puerros y pera A3

Magro de cerdo en salsa jardinera (tomate, cebolla, guisantes, zanahoria) I8 I5 I7 I6 I2

Fruta

- Huevos rotos con salmón. Fruta

17 652 72 34 24

Ensalada de verduras de temporada

Macarrones integrales con tomate y atún A8 A1 A7 A10 A14 I7 I8 I6

Gallineta en salsa mery (ajo y perejil) con champiñones A3 A8 I8 I7

Fruta

- Pollo al curry con cous cous. Fruta

18 701 109 29 17

Ensalada de verduras de temporada

Lentejas con verduras A1 A3 I6 I9

Panini casero de taquitos de pavo y tomate (sin queso) A1

Fruta

- Merluza con patatas y espárragos. Fruta

19 783 64 39 41

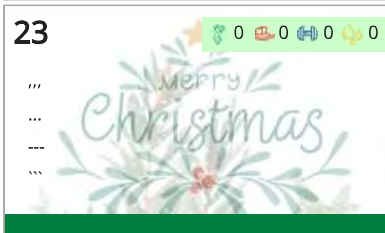
Ensalada gourmet con naranja

Sopa de Navidad A1 A7 A10 A14 I8 I5 I7 I2 I6

Redondo de pavo en salsa con patatas dado A1 A14

Postre especial (sin lácteo/huevo/frutos secos/cacahuete/soja)

Brocheta de verduras (V)



A1 - Gluten A2 - Altramuz A3 - Dioxido de azufre y sulfitos A4 - Molusco A5 - Cacahuete A6 - Apio A7 - Huevos A8 - Pescado A9 - Lácteo A10 - Mostaza A11 - Crustáceo A12 - Sesamo A13 - Frutos de cascara A14 - Soja

Kilocalorías Proteínas Hidratos Grasas

I10 - Alubias I11 - APLV I5 - Carne I2 - Cerdo I6 - Legumbres I9 - Lentejas I8 - No apto ovo-lacto-vegetariano I7 - No apto vegano

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

Holidays!