

02 854 94 29 39

Ensalada de verduras de temporada

Macarrones ecológicos a la napolitana con queso **A9 A1 A10 A14 I7 I11 I6**

Alitas de pollo con salsa de soja y miel con puré de patata **A1 A14 A9 I11 I6 I7 I5 I8**

Fruta

- Pescado con verduras al papillote. Fruta

03 685 68 42 27

Ensalada con fruta

Lentejas de la abuela **A1 A3 I8 I2 I5 I7 I6 I9**

Gallo San Pedro al limón con judías verdes **A8 I7 I8 I10 I6**

Fruta

- Ragut de magro con tomates cherry. Fruta

04 668 90 19 26

Ensalada de verduras de temporada

Arroz del senyoret **A3 A4 A11 A8 I8 I7 I6**

Revuelto del chef **A7 I7**

Fruta

- Pavo con col al pimentón. Fruta

05 620 37 24 42

Ensalada de verduras de temporada

Crema bretona (alubias blancas y puerros) **A9 I6 I7 I11 I10**

Longanizas con salsa de tomate **A3 A9 I11 I2 I8 I7 I5**

Yogur artesano valenciano **A9 I11 I7**

- Alcachofas y lubina al horno. Fruta



09 596 69 28 24

Ensalada de verduras de temporada

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

Solomillo de pollo empanado con maíz salteado **A1 A2 A9 A14 I7 I5 I6 I11 I8**

Fruta

- Hamburguesa vegetal. Fruta

10 735 78 28 34

Ensalada con fruta

Potaje de garbanzos con verduras **A3 I6**

Tortilla de patatas con queso **A9 A7 I11 I7**

Fruta

- Wok de ternera con verduras thai. Fruta

11 703 81 31 27

Ensalada de verduras de temporada

Espaguetis a la carbonara **A14 A1 A7 A9 A10 I8 I6 I7 I5 I8 I11 I2**

Ventresca de merluza con guisantes salteados **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

Kottbullar (Albóndigas suecas a la crema con cous cous) **A1 A3 A9 A10 A14 I11 I2 I6 I5 I8 I7**

Bizcocho de manzana y canela **A9 A1 A7 A10 A14 I7 I6 I11**

- Tortilla y berenjena con burrata. Fruta

13 718 101 16 27

Ensalada con fruta

Arroz al horno (1º) **A3 A9 A13 I2 I8 I6 I7 I5 I11**

Croquetas de bacalao **A1 A4 A7 A8 A9 A11 I7 I11 I6 I8**

Fruta

- Verduras y salmón al papillote. Fruta

16 558 48 25 29

Ensalada con queso fresco **A9 I7 I11**

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

17 714 79 40 27

Ensalada de verduras de temporada

Lentejas ecológicas con verduras **A1 A3 I6 I9**

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

Fruta

- Pollo al curry con cous cous. Fruta

18 588 72 21 22

Ensalada de verduras de temporada

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

Tortilla de berenjena y queso **A9 A7 I7 I11**

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 panaderas **A1 A14 I5 I7 I8 I6**

Bolitas navideñas de chocolate **A1 A7 A9 A13 A14 I11 I6 I7**

- Wok de ternera con verduras thai. Fruta

20 678 101 26 16

Ensalada con fruta

Alubias blancas guisadas con verduras **A3 I10 I6**

Panini casero de jamón york y queso **A1 A9 A14 I5 I7 I11 I2 I8 I6**

Fruta

- Bacalao gratinado con ensalada. Fruta



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

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

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

02 854 94 29 39

Amanida de verdures de temporada
Macarrons ecològics a la napolitana amb formatge A9 A1 A10 A14 I7 I11 I6
Aletes de pollastre amb salsa de soja i mel amb puré de creïlla A1 A14 A9 I11 I6 I7 I5 I8

Fruita
- Peix amb verdures al "papillot". Fruita

03 685 68 42 27

Amanida amb fruita
Llenties de l'àvia A1 A3 I8 I2 I5 I7 I6 I9
Gallo San Pedro al llimó amb bajoqueta A8 I7 I8 I10 I6

Fruita
- Magre amb tomaques cherry. Fruita

04 668 90 19 26

Amanida de verdures de temporada
Arròs del Senyoret A3 A4 A11 A8 I8 I7 I6
Regirat del xef A7 I7

Fruita
- Pavo amb col al pebre roig. Fruita

05 620 37 24 42

Amanida de verdures de temporada
Crema bretona (fesols blancs i porros) A9 I6 I7 I11 I10
Llonganisses amb salsa de tomata A3 A9 I11 I2 I8 I7 I5

Iogurt artesà valencià A9 I11 I7



09 596 69 28 24

Amanida de verdures de temporada
Sopa de peix (amb estretetes) A8 A3 A4 A11 A1 A7 A10 A14 I7 I8 I6
Filet de pollastre empanat amb blat de moro saltat A1 A2 A9 A14 I7 I5 I6 I11 I8

Fruita
- Hamburguesa vegetal. Fruita

10 735 78 28 34

Amanida amb fruita
Potatge de cigrons amb verdures A3 I6
Truita de creïlla amb formatge A9 A7 I11 I7

Fruita
- Wok de vedella amb verdures thai. Fruita

11 703 81 31 27

Amanida de verdures de temporada
Espaguetis a la carbonara A14 A1 A7 A9 A10 I8 I6 I7 I5 I8 I11 I2
Ventresca de lluç amb pèsols saltats A8 I8 I7 I6

Fruita
- Daus de tofu amb verdures. Fruita

12 700 49 26 42

Amanida de verdures de temporada
Crema vikinga de carabassa i coliflor
Kottbullar (mandonguilles sueques a la crema amb cous cous) A1 A3 A9 A10 A14 I11 I2 I6 I5 I8 I7

Coca de poma i canyella A9 A1 A7 A10 A14 I7 I6 I11

- Truita i albergínia amb burrata. Fruita

13 718 101 16 27

Amanida amb fruita
Arròs al forn (1º) A3 A9 A13 I2 I8 I6 I7 I5 I11
Croquetes de bacallà A1 A4 A7 A8 A9 A11 I7 I11 I6 I8

Fruita
- Verdures i salmó al papillot. Fruita

16 558 48 25 29

Amanida amb formatge fresc A9 I7 I11
Crema de porros i pera A3
Magre de porc en salsa (tomaca, ceba, pesols, carlota) I8 I5 I7 I6 I2

Fruita
- Ous trencats amb salmó. Fruita

17 714 79 40 27

Amanida de verdures de temporada
Llenties ecològiques amb verdures A1 A3 I6 I9
Gallineta amb salsa mery amb xampinyons A3 A8 I8 I7

Fruita
- Pollastre al curri amb cous cous. Fruita

18 588 72 21 22

Amanida de verdures de temporada
Macarrons integrals amb tomàquet i tonyina A8 A1 A7 A10 A14 I7 I8 I6
Truita d'albergínia i formatge A9 A7 I7 I11

Fruita
- Lluç amb creïlles i espàrrecs. Fruita

19 783 64 39 41

Amanida "gorumet" amb taronja
Sopa de Nadal A1 A7 A10 A14 I8 I5 I7 I2 I6
Redó de polit en salsa amb creïlles forneres A1 A14 I5 I7 I8 I6

Boletes nadalenques de xocolata A1 A7 A9 A13 A14 I11 I6 I7
- Wok de vedella amb verdures thai. Fruita

20 678 101 26 16

Amanida amb fruita
Guisat de fesols amb verdures A3 I10 I6
Panini casolà de pernil dolç i formatge A1 A9 A14 I5 I7 I11 I2 I8 I6

Fruita
- Bacallà gratinat amb amanida. Fruita

23 0 0 0 0



A1 - Gluten A2 - Tramús A3 - Diòxid de sofre i sulfits A4 - Mol·lusc A5 - Cacauet A6 - Api A7 - Ous A8 - Peix A9 - Lacti A10 - Mostassa A11 - Crustaci A12 - Sesam A13 - Fruits de closca A14 - Soja

Quilocalories Proteïnes Carbohidrats Greixos

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

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

HAPPY Holidays!