







RICOCHF

Menú pescado abril

Colegio Liceo Hispano (Paterna) 

09  766  96  30  28





Ensalada de verduras de temporada

Macarrones ecológicos a la napolitana A1 A9 I7 I11

Solomillo de pollo empanado A1 A2 A9 A14 I6 I5 I7 I11 I8

Fruta

Champiñones y calabacín rehogados con soja texturizada

10  591  61  28  23





Ensalada de verduras de temporada

Alubias con verduras A3 I6 I10

Tortilla francesa con rollito de pavo A7 I7 I6 I8 I5

Fruta

- Jamón con calabacín a la plancha y tosta. Fruta

11  663  45  30  39





Ensalada de verduras de temporada

Crema de verduras de temporada

Alitas de pollo al horno con champiñones y patatas I7 I8 I5

Yogur A9 I7 I11

Menestra de verduras salteada con jamón y tomate

12  620  77  23  24





Ensalada con fruta

Arroz al horno con garbanzos y pasas A3 A5 A9 A13 A14 I11 I6

Lomo de cerdo con zanahoria A14 I7 I8

Fruta

- Huevos al plato con tomate y guisantes. Fruta

15  812  97  26  34





Ensalada de verduras de temporada

Espaguetis con salsa cremosa de champiñones A9 A1 A7 I7 I11

Nugets de pollo con coliflor crunchy A1 A10 A14 I6 I8 I7

Fruta

- Salteado de guisantes con bacon. Fruta

16  653  72  31  27





Ensalada con fruta

Lentejas ecológicas con verduras A1 A3 I9 I6

Huevos a la flamenca "con sus tostas integrales" A1 A7 I7 I6

Fruta

- Lomo en salsa con ñoquis de patata. Fruta

17  685  68  34  30





Ensalada de verduras de temporada

Vichyssoise con picatostes caseros A9 A1 I7 I11

Pechuga de pollo a la crema con mazorca de maíz A9 I11 I7 I8 I5

Fruta

Magro con pisto

18  724  69  43  29





Ensalada de verduras de temporada

Arroz milanesa con taquitos de magro I8 I2 I5 I6 I7

Pechuga de Pollo a la Provenza

Yogur A9 I7 I11

- Hamburguesa vegetal con aguacate. Fruta

19  715  80  26  31





Ensalada de verduras de temporada

Potaje de garbanzos con verduras I6

Tortilla de patatas con "hummusmole" A7 I7 I6

Fruta

- Ragut de ternera. Fruta

22  631  68  29  28





Ensalada de verduras de temporada

Fideuà de verduras A1 A7 I8 I7 I6 I11

Huevo relleno (yema y tomate frito) A7 I8 I7

Fruta

- Crema de verdura y tortilla francesa. Fruta

23  878  79  50  38





Lechuga, maíz y zanahoria

Olleta alcayana A3 A9 A13 A14 I8 I7 I2 I5 I6 I10 I11

Nugets de brócoli con renvos de masero (tomate al horno con ajo, perejil y pan rallado) A1 A7 A9 I8 I7 I6

Bizcocho de rosas A9 A1 A7 I7 I11

- Ensalada de quinoa. Fruta

24  615  46  20  39





Ensalada con fruta

Crema de calabacín ecológico

Longanizas con pisto A3 A9 A14 I5 I2 I11 I6 I7 I8

Fruta

- Acelgas con huevo cocido y nueces. Fruta

25  705  70  40  26





Ensalada de verduras de temporada

Macarrones integrales con boloñesa vegetal A1 A7 A14 A12 A13 A10 I6

Pollo al horno con limón I7 I8 I10 I6

Fruta

- Alas de pollo con bastones de boniato. Fruta

26  630  62  37  25





Ensalada con fruta

Lentejas a la jardinera A1 I9 I6

Wok de pavo con salsa de soja A14 A1 I6 I5 I8 I7

Fruta

- Champiñones al ajillo y huevo revuelto. Fruta

29  603  59  28  27





Ensalada de verduras de temporada

Crema bretona (alubias blancas y puerros) A3 A9 I6 I10 I7 I11

Revuelto de huevo con patata y jamón cocido A7 A3 A9 A14 I8 I7

Fruta

- Tortilla y berenjena con burrata. Fruta

30  727  78  33  32

Lechuga, pepino y zanahoria

Pasta tricolor con queso, maíz, tomate y aceitunas A1 A7 A9 I11 I7





Magro en salsa con patatas I5 I8 I7 I2

Fruta

Hervido de coliflor



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



RICOCHF

Menú peix abril

Colegio Liceo Hispano (Paterna)



09 766 96 30 28

Amanida de verdures de temporada

Macarrons ecològics a la napolitana A1 A9 I7 I11

Filet de pollastre arrebossat A1 A2 A9 A14 I6 I5 I7 I11 I8

Fruita

Xampinyons i carabasseta saltejats amb soia texturitzada

10 591 61 28 23

Amanida de verdures de temporada

Fesols amb verdures A3 I6 I10

Truita francesa amb rotllet de titot A7 I7 I6 I8 I5

Fruita

- Pernil amb carabasseta a la planxa i tosta. Fruita

11 663 45 30 39

Amanida de verdures de temporada

Crema de verdures de temporada

Aletes de pollastre al forn amb xampinyons i creïlles I7 I8 I5

Iogurt A9 I7 I11

Menestra de verdures saltada amb pernil i tomaca

12 620 77 23 24

Amanida amb fruita

Arròs al forn amb cigrons i panses A3 A5 A9 A13 A14 I11 I6

Llom de porc amb carlota A14 I7 I8

Fruita

- Ous al plat amb tomaca i pèsols. Fruita

15 812 97 26 34

Amanida de verdures de temporada

Espaguetts amb salsa cremosa de xampinyons A9 A1 A7 I7 I11

Nuòquets de pollastre amb coliflor crunchy A1 A10 A14 I6 I8 I7

Fruita

-Saltejat de pèsols amb bacon. Fruita

16 653 72 31 27

Amanida amb fruita

Llenties ecològiques amb verdures A1 A3 I9 I6

Ous a la flamenca amb torrades integrals A1 A7 I7 I6

Fruita

- Llom en salsa amb nyoquis de creïlla. Fruita

17 685 68 34 30

Amanida de verdures de temporada

Vichyssoise amb crostons cassolans A9 A1 I7 I11

Pit de pollastre a la crema amb panotxa de dacsa A9 I11 I7 I8 I5

Fruita

Magre amb samfaina

18 724 69 43 29

Amanida de verdures de temporada

Arròs milanesa amb daus de magre I8 I2 I5 I6 I7

Pit de Pollastre a la Provença

Iogurt A9 I7 I11

- Hamburguesa vegetal amb advocat. Fruita

19 715 80 26 31

Amanida de verdures de temporada

Potatge de cigrons amb verdures I6

Truita de creïlles amb "hummusmole" A7 I7 I6

Fruita

-Ragut de vedella. Fruita

22 631 68 29 28

Amanida de verdures de temporada

Fideus de l'horta A1 A7 I8 I7 I6 I11

Ou farcit (rovells i tomata fregida) A7 I8 I7

Fruita

- Crema de verdura i truita francesa. Fruita

23 878 79 50 38

Encisam, dacsa i carlota

Olleta alcoyana A3 A9 A13 A14 I8 I7 I2 I5 I6 I10 I11

Nuòquets de bròquil amb renvons de massero (tomàquet al forn amb all, julivert i pa ratllat) A1 A7 A9 I8 I7 I6

Coca en llauna de roses A9 A1 A7 I7 I11

- Amanida de quinoa. Fruita

24 615 46 20 39

Amanida amb fruita

Crema de carabasseta ecològica

Llonganisses amb samfaina A3 A9 A14 I5 I2 I11 I6 I7 I8

Fruita

- Bledes amb ou cuit i nous. Fruita

25 705 70 40 26

Amanida de verdures de temporada

Macarrons integrals amb bolonyesa vegetal A1 A7 A14 A12 A13 A10 I6

Pollastre al forn amb llima I7 I8 I10 I6

Fruita

- Ales de pollastre amb bastons de moniato. Fruita

26 630 62 37 25

Amanida amb fruita

Llenties a la jardineria A1 I9 I6

Wok de titot amb salsa de soia A14 A1 I6 I5 I8 I7

Fruita

Xampinyons amb allada i ou regirat. Fruita

29 603 59 28 27

Amanida de verdures de temporada

Crema bretona (fesols blancs i porros) A3 A9 I6 I10 I7 I11

Regirat d'ou amb creïlla i pernil dolç A7 A3 A9 A14 I8 I7

Fruita

- Truita i alberginia amb burrata. Fruita

30 727 78 33 32

Encisam, cogombre i carlota

Pasta tricolor amb formatge, blat de moro, tomàquet i olives A1 A7 A9 I11 I7

Magre en salsa amb creïlles I5 I8 I7 I2

Fruita

Bullit de colflor



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 - Sèsam A13 - Fruits de closca A14 - Soja

Quilocalories Proteïnes Carbohidrats Greixos

I10 - Alubias I11 - APLV I5 - Carne I2 - Cerdó 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