

DILLUNS

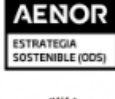
DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

Som una empresa compromesa amb la qualitat, seguretat i el medi ambient:



				1	2
			Estofat de cigrons amb xoriço Peix fresc de llotja amb amanida Fruita de temporada		Crema de carabasseta, porro i carlota Cuixa de pollastre al forn amb xampinyons Fruita de temporada
5	6	7	8	9	
Estofat de llentilles Trita francesa amb amanida Fruita de temporada	Crema de coliflor Tacs de magre en salsa de ceba amb guarnició de creïlles Fruita de temporada	Fideuà Rotllet de pernil dolç i formatge amb amanida logurt artesà	Arròs melós de verdures Ventresca de lluç en salsa verda amb amanida Fruita de temporada	Dia mundial dels llegums Fesols guisats amb xoriço i carabassa Flamenquines amb amanida Fruita de temporada	
12	13	14	15	16	
Bullit valencià Pit de pollastre a la planxa amb guarnició de arròs Fruita de temporada	Potatge de cigrons amb espinacs Croquetes de pollastre amb amanida Fruita de temporada	Amanida completa amb ou Arròs marinera logurt artesà	Crema de xampinyons Peix fresc de llotja amb amanida Fruita de temporada	Menú especial carnestoltes Espirals primavera gratinats Hamburguesa a la planxa amb creïlles donat Gelatina	
19	20	21	22	23	
Taurons amb formatge, tomaca i alfàbega Trita francesa amb rodanxes de formatge Fruita de temporada	Llentilles a la jardinera Mandonguilles de bacallà amb amanida de pinya Fruita de temporada	Sopa de fideus Filet d'agulla al forn amb creïlles donat logurt artesà	Dia de la carxofa Arròs caldós amb carxofa Ventresca de lluç a la llima amb pèsols Fruita de temporada	Guisat de cigrons al toc de curri Pernils de pollastre amb allada amb verdures Fruita de temporada	
26	27	28	29		
Espirals amb tomaca, tonyina i olives Trita francesa amb amanida Fruita de temporada	Pernil dolç i formatge amb amanida Paella valenciana Fruita de temporada	Estofat de fesols Pizza de tonyina amb amanida logurt artesà	Sopa de fideus Peix fresc de llotja amb creïlles Fruita de temporada		

Consulta tota la informació nutricional i al·lèrgica de la nostra carta en el codi QR:



L'ingredient principal d'este plat és ECO.  
Se servirà pa blanc i integral.



ACCEDEIX ALS MENÚS DEL TEU CENTRE EN: WWW.SERVALIA.ORG

USUARI:  
reienjaume

CONTRASENYA:  
4670



# 10 DE FEBRER: DIA MUNDIAL DELS LLEGUMS

Hui tenim unes convidades molt especials... Els llegums!

Els llegums són genials ja que...

Alt en proteïna



Alt en fibra



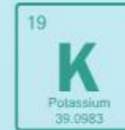
Baix en greix



Alt en ferro



alt en potassi



Alt en folats



A més es poden menjar d'un munt de formes diferents, tan sols has de trobar la que més t'agrada...Mira que assortit!



Hummus



Amanida de llegums



Tofu, seitán, tmepeh...



Edamames



Olles



Recorda que per a gaudir de tots estos beneficis, cal introduir llegums almenys dues vegades a la setmana.

Consulta tota la informació nutricional i al·lèrgica de la nostra carta en el codi QR:



## RECOMANADOR DE SOPARS

**DINAR** ↔ **SOPAR**


Elaborat per:  
Ángela Navarro CVO0604  
Raquel Sanz CVO0815

