



# Diciembre



	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	15	16	17	18	19
BASAL	Pasta integral con verduras y salsa de soja (1,3,6,10) Abadejo al horno en salsa verde (2,4,13)	Sopa de letras (1,3,6,10) Filete de magro en salsa de cebolla	Crema de calabaza Muslo de pollo al romero	Arroz meloso de magro y verduras Salmón al horno (4)	Olleta alicantina (1) Tortilla de jamón dulce (3,6)
	Ensalada variada Fruta de temporada Pan (1)	Ensalada variada Fruta de temporada Pan (1) integral	Verduras con patatas asadas Fruta de temporada Pan (1)	Ensalada variada Fruta de temporada Pan (1) integral	Ensalada variada Yogur (7) / Fruta de temporada Pan (1)
	En las derivaciones sólo aparecen los platos y/o ingredientes a modificar, según las necesidades de cada comensal. El resto del menú permanecerá igual.				
Sin gluten (SG) Sin salmón	1º pasta SG con verduras y tomate Pan SG	1º sopa de letras SG Pan SG	Pan SG	2º merluza al horno Pan SG	1º alubias con verduras Pan SG
Sin cerdo		1º sopa de letras de verduras 2º filete de pollo en salsa de cebolla		1º arroz meloso de verduras	
Sin lactosa (SL)					Fruta de temporada
Sin nueces (SFS)			1º crema de verduras		
Sin pollo ni pavo		1º sopa de letras de verduras	2º lomo a la plancha		
Diabética 5 raciones	1º pasta integral con verduras (150g pasta=3R) 2º abadejo en salsa verde Fruta de temporada 2R No pan	1º sopa de letras (150g pasta=3R) 2º filete de magro en salsa de cebolla Fruta de temporada 2R No pan	1º crema de calabaza (150g patata=3R) 2º muslo de pollo al romero Fruta de temporada 2R No pan	1º arroz meloso de magro y verduras (120g arroz=3R) 2º salmón al horno Fruta de temporada 2R No pan	1º olleta alicantina sin arroz (150g legumbres=3R) 2º tortilla de jamón dulce Yogur 1u=1,5R Pan 10g=0,5R
	Peso cocinado: 50g de pasta = 1R 50 g de legumbres = 1R 50g de patata cocida = 1R 30 g patatas fritas =1R 40g arroz cocido = 1R 20g pan= 1R		FRUTAS - Manzana: 100 g = 1R - Pera: 100 g = 1R - Plátano: 50 g = 1R - Naranja: 100 g = 1R - Mandarina: 100 g = 1R - Fresas: 200 g = 1R		

Elaborado por el Departamento de Calidad:  
**Raquel Sanz CV00815**  
**Amparo Sáez CV00813**  
**Nuria Escrig CV02177**



Legenda de alérgenos:



USUARIO:

CONTRASEÑA:

Accede a los menús de tu centro en [www.servalia.org](http://www.servalia.org)

Consulta toda la información  
nutricional y alérgenos de  
nuestra carta en el código QR:

