



Enero



	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	12	13	14	15	16
BASAL	Arroz meloso de pollo y verduras	Sopa maravilla (1,3,6,10)	Lentejas ECO a la castellana (1)	Pasta integral al queso (1,3,6,7,10)	Crema de verduras y legumbres (1)
	Salmón horneado al eneldo (4)	Tacos de magro con tomate	Tortilla de queso (3,7)	Rape al horno al toque de pimentón (2,4,13)	Fajitas de pollo y verduras (1,6,10)
	Ensalada variada	Ensalada variada	Ensalada variada	Verduras al horno	Ensalada variada
	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Yogur (7) / Fruta de temporada
	Pan (1)	Pan (1) integral	Pan (1)	Pan (1) integral	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	2º merluza al eneldo Pan SG	1º sopa maravilla SG Pan SG	1º alubias con verduras Pan SG	1º pasta SG al queso Pan SG	1º crema de verduras y legumbres (no lentejas) 2º salteado de pollo y verduras Pan SG
Sin cerdo		1º sopa maravilla de verduras 2º tacos de pavo con tomate	1º lentejas con verduras		
Sin lactosa (SL)			2º tortilla de jamón	1º pasta con tomate y atún SL	Fruta de temporada
Sin nueces (SFS)			1º lentejas a la castellana SFS		2º fajitas SFS de pollo y verduras
Sin pollo ni pavo	1º arroz meloso de magro y verduras	1º sopa maravilla de verduras			2º fajitas de magro y verduras
Diabética 5 raciones	1º arroz de pollo y verduras (120g arroz =3R) 2º salmón al eneldo Fruta de temporada 2R No pan	1º sopa maravilla (150g pasta=3R) 2º tacos de magro con tomate Fruta de temporada 2R No pan	1º lentejas a la castellana (150g lentejas=3R) 2º tortilla de queso Fruta de temporada 2R No pan	1º pasta integral al queso (150g pasta=3R) 2º rape al toque de pimentón Fruta de temporada 2R No pan	1º crema de verduras y legumbres (175g patata y legumbres=3,5R) 2º salteado de pollo y verduras 1yogur=1,5R No pan
	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



Leyenda de alérgenos:



USUARIO:

CONTRASEÑA:

Accede a los menús de tu centro en www.servalia.org

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

