



# Enero

Lunes

26

Hervido valenciano

Ragout de pavo con verduras y  
guisantes (6)  
Ensalada variada  
Fruta de temporada

Pan (1)

Martes

27

Arroz milanesa

Palometa al horno en salsa Mery  
(2,4,13)  
Ensalada variada  
Fruta de temporada

Pan (1) integral

Miércoles

28

Potaje de garbanzos con espinacas

Revuelto de calabacín (3)  
Ensalada variada  
Fruta de temporada

Pan (1)

Jueves

29

Crema de verduras de temporada

Pollo al horno  
Verduras asadas  
Fruta de temporada

Pan integral (1)

Viernes

30

**Lazos de esperanza**  
(Lacitos con carbonara de espinacas  
(1,3,6,7,10))

**Cartas de amistad**  
(Merluza empanada (1,4))

**Ensalada variada**

**Yogur con fideos de chocolate**  
(5,6,7,8)

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.*

<b>Sin gluten (SG)</b> <b>Sin salmón</b>	Pan SG	Pan SG	Pan SG	Pan SG	1º pasta SG con carbonara de espinacas 2º merluza empanada SG Pan SG
<b>Sin cerdo</b>		1º arroz milanesa sin cerdo			
<b>Sin lactosa (SL)</b>					1º lacitos con tomate y espinacas SL 2º merluza empanada al horno Fruta de temporada
<b>Sin nueces (SFS)</b>					2º merluza empanada al horno Yogur sin chocolate
<b>Sin pollo ni pavo</b>	2º magro con verduras y guisantes	1º arroz milanesa sin pollo ni pavo		2º lomo a la plancha	
<b>Diabética 5 raciones</b>	1º hervido valenciano (150g patata=3R) 2º ragout de pavo con verduras y guisantes Fruta de temporada 2R No pan	1º arroz milanesa (120g arroz=3R) 2º palometa al horno Fruta de temporada 2R No pan	1º potaje de garbanzos con espinacas (150g garbanzos=3R) 2º revuelto de calabacín Fruta de temporada 2R No pan	1º crema de verduras de temporada (150g patata=3R) 2º pollo al horno Fruta de temporada 2R No pan	1º lacitos con carbonara de espinacas (175g pasta=3,5R) 2º merluza al horno 1yogur=1,5R (sin chocolate)
			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](http://www.servalia.org)

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

