



Marzo



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

9

10

11

12

13

BASAL

Sopa de letras (1,3,6,10)
(Pasta, verduras y pollo)

Paella valenciana
(Arroz, judía verde, garrofón y pollo)

Lentejas ECO a la jardinera (1,12)
(Lentejas, cebolla, pimiento, calabacín,
patata y zanahoria)

Crema de verduras y legumbres (12)
(Patata, zanahoria, puerro, cebolla y
alubias)

Macarrones integrales al queso
(1,3,6,7,10)
(Pasta integral, tomate, cebolla y
queso)

Magro con tomate

Revuelto de bacon (3,6)

Pescado fresco de lonja(1,2,4,6,10,13)

Jamoncitos de pollo al horno

Merluza en salsa Mery (4)

Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan (1)

Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan integral (1)

Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan (1)

Verduras asadas
Fruta de temporada
Pan integral (1)

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 PAN SG	1º sopa de pasta SG		1º garbanzos a la jardinera 2º pescado fresco de lonja SG		1º pasta SG al queso
Sin cerdo	1º sopa de letras de verduras 2º pavo con tomate	2º revuelto de queso			
Sin lactosa (SL)			2º pescado fresco de lonja SL		1º pasta con tomate y verduras Fruta de temporada
Sin nueces (SFS)			2º pescado fresco de lonja SFS		
Sin pollo ni pavo	1º sopa de letras de verduras	1º paella de verduras		2º lomo a la plancha	
Diabética 5 raciones	1º sopa de letras (150g pasta=3R) 2º magro con tomate Fruta de temporada 2R No pan	1º paella valenciana (120g arroz=3R) 2º revuelto de bacon Fruta de temporada 2R No pan	1º lentejas a la jardinera (120g lentejas=3R) 2º pescado fresco de lonja a la plancha Fruta de temporada 2R No pan	1º crema de verduras y legumbres (150g patata y alubias=3R) 2º jamoncitos de pollo al horno Fruta de temporada 2R No pan	1º macarrones integrales al queso (175g pasta=3,5R) 2º merluza en salsa mery 1 yogur AZUCARADO=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



Legenda 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:

