



Març

Servàlia

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

9

10

11

12

13

BASAL

Sopa de lletres (1,3,6,10)
(Pasta, verdures i pollastre)

Magre amb tomaca

Ensalada variada
Fruita de temporada
Pa (1)

Paella valenciana
(Arròs, fesol tendre, garrofó i pollastre)

Regirat de bacon (3,6)

Ensalada variada
Fruita de temporada
Pa integral (1)

Llentilles ECO a la jardinera (1,12)
(Llentilles, ceba, pimentó, carabasseta,
creïlla i carlota)

Peix fresc de llotja(1,2,4,6,10,13)

Ensalada variada
Fruita de temporada
Pa (1)

Crema de verdures i llegums (12)
(Creïlla, carlota, porro, ceba i fesols)

Pernilets de pollastre al forn

Verdures rostides
Fruita de temporada
Pa integral (1)

Macarrons integrals al formatge
(1,3,6,7,10)
(Pasta integral, tomaca, ceba i
formatge)
Lluç en salsa Mery (4)

Ensalada variada
iogurt (7) / Fruita de temporada
Pa (1)

En les derivacions només apareixen els plats i/o ingredients a modificar, segons les necessitats de cada comensal. La resta del menú romandrà igual.

Sense gluten (SG) Sense salmó PA SG	1r sopa de pasta SG		1r cigrons a la jardinera 2n peix fresc de llotja SG		1r pasta SG al formatge
Sense porc	1r sopa de lletres de verdures 2n titot amb tomaca	2n regirat de formatge			
Sense lactosa (SL)			2n peix fresc de llotja SL		1r pasta amb tomaca i verdures Fruita de temporada
Sense anous (SFS)			2n peix fresc de llotja SFS		
Sense pollastre ni titot	1r sopa de lletres de verdures	1r paella de verdures		2n llom a la planxa	
Diabètica 5 racions	1r sopa de lletres (150g pasta=3R) 2n magre amb tomaca Fruita de temporada 2R No pa	1r paella valenciana (120g arròs=3R) 2n regirat de bacon Fruita de temporada 2R No pa	1r llentilles a la jardinera (120g llentilles=3R) 2n peix fresc de llotja a la planxa Fruita de temporada 2R No pa	1r crema de verdures i llegums (150g creïlla i fesols=3R) 2n pernillets de pollastre al forn Fruita de temporada 2R No pa	1r macarrons integrals al formatge (175g pasta=3,5R) 2n lluç en salsa mery 1 iogurt ENSUCRAT=1,5R No pa
	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				

Elaborat pel Departament de Qualitat:

Raquel Sanz CV00815

Amparo Sáez CV00813

Nuria Escrig CV02177



Llegenda d'al·lèrgens:



USUARI:

CONTRASENYA:

Accedix als menús del teu centre en
www.servalia.org

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

