



Enero



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

5

6

7

8

9

BASAL

VACACIONES

Macarrones a la napolitana (1,3,6,7,10)	Arroz al horno (3,6,7,8)	Garbanzos con verduras
Hamburguesa de coliflor y queso al horno (1,3,7,11)	Merluza al limón con guisantes (4)	Tortilla de patata (3)
Ensalada variada	Ensalada variada	Ensalada variada
Fruta de temporada	Fruta de temporada	Yogur (7) / Fruta de temporada
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 frutos secos (SFS), sin pescado azul				1º arroz con magro	
Sin huevo crudo (SH)					2º pechuga en salsa
Sin melocotón	Este menú no tendrá melocotón como ingrediente ni como opción de postre.				
Sin pera	Este menú no tendrá pera como ingrediente ni como opción de postre.				
Sin cerdo				1º arroz con verduras	
Sin calabaza	Este menú no tendrá calabaza como ingrediente en sus elaboraciones.				
Sin alubias, judías ni lentejas					
Sin leche	Este menú no ofrecerá leche como ingrediente, en sus elaboraciones u opción de postre.				
Sin gluten ni fructosa (SG)			1º pasta SG aliñada 2º lomo a la plancha Sin ensalada Fruta permitida Pan SG	1º arroz aliñado con magro 2º merluza al horno Sin ensalada Fruta permitida Pan SG	1º patatas hervidas 2º tortilla francesa Sin ensalada Yogur Pan SG
Sin gluten (SG), huevo (SH) ni legumbres (SS)			1º pasta SG/SS/SH a la napolitana 2º lomo SS a la plancha Pan SG	1º arroz con magro 2º merluza al limón (sin guisantes) Pan SG	1º patatas con verduras SS 2º pechuga en salsa Pan SG
Sin gluten (SG)			1º pasta SG a la napolitana 2º lomo a la plancha Pan SG		Pan SG

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:





Enero



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

5

6

7

8

9

BASAL

VACACIONES

Macarrones a la napolitana (1,3,6,7,10)	Arroz al horno (3,6,7,8)	Garbanzos con verduras
Hamburguesa de coliflor y queso al horno (1,3,7,11)	Merluza al limón con guisantes (4)	Tortilla de patata (3)
Ensalada variada	Ensalada variada	Ensalada variada
Fruta de temporada	Fruta de temporada	Yogur (7) / Fruta de temporada
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.

Ovovegetariano				1º arroz con verduras 2º guisantes con cebolla	
Sin carne				1º arroz con verduras	
SFS: Cacahuete				1º arroz con magro	
SFS: Nueces				1º arroz con magro	
Sin pollo ni pavo, sin soja (SS)			1º pasta SS a la napolitana 2º lomo a la plancha	1º arroz con magro 2º merluza al limón (sin guisantes)	
Sin pescado				2º pollo a la plancha	
Sin marisco				2º merluza al limón (sin trazas)	
Sin lechuga	Este menú no tendrá lechuga como ingrediente. Se prestará especial atención a las ensaladas, no se empleará.				
Sin lactosa (SL)			1º macarrones con tomate (sin queso) 2º lomo a la plancha		Fruta de temporada
Vegetariano				1º arroz con verduras 2º guisantes con cebolla	
Sin pescado, alubias, melón, calabaza				2º pollo a la plancha	
En este menú no se ofrecerá melón como opción de postre. Todas las frutas se darán peladas.					

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



Legenda de alérgenos:

1 CEREALES SIN GLUTEN

2 CRUSTACEOS

3 HUEVO

4 PESCADO

5 LEGUMINOSAS

6 SOJA

7 LACTOSA

8 FRUTOS DE CÁSCARA

9 APNO

10 MOSTAZA

11 SÍMBOLO DE ADIPOSE

12 SÍMBOLO DE ADIPOSE

13 SÍMBOLO DE ADIPOSE

14 SÍMBOLO DE ADIPOSE

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:





Enero



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

12

13

14

15

16

BASAL

Sopa maravilla (1,3,6,10)
Tacos de magro con tomate

Patatas fritas
Fruta de temporada
Pan (1)

Arroz meloso de pollo y verduras
Salmón horneado al eneldo (4)

Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan (1) integral

Lentejas ECO a la castellana (1)
Tortilla de queso (3,7)

Verduras al horno
Fruta de temporada
Pan (1)

Pasta integral al queso (1,3,6,7,10)
Rape al horno al toque de pimentón (2,4,13)

Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan (1) integral

Crema de verduras y legumbres (1)
Fajitas de pollo y verduras (1,6,10)

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 frutos secos (SFS), sin pescado azul		2º merluza al eneldo	1º lentejas a la castellana SFS		2º fajitas SFS de pollo y verduras
Sin huevo crudo (SH)			2º lomo en salsa		
Sin melocotón	Este menú no tendrá melocotón como ingrediente ni como opción de postre.				
Sin pera	Este menú no tendrá pera como ingrediente ni como opción de postre.				
Sin cerdo	1º sopa maravilla de verduras 2º soja texturizada con tomate		1º lentejas ECO con verduras		
Sin calabaza	Este menú no tendrá calabaza como ingrediente en sus elaboraciones.				
Sin alubias, judías ni lentejas			1º garbanzos con verduras		
Sin leche	Este menú no ofrecerá leche como ingrediente, en sus elaboraciones u opción de postre.				
Sin gluten ni fructosa (SG)	1º sopa de ave de pasta SG 2º tacos de magro a la plancha Sin ensalada Fruta permitida Pan SG	1º arroz con pollo 2º salmón al horno Sin ensalada Fruta permitida Pan SG	1º patata hervida 2º tortilla de queso Sin ensalada Fruta permitida Pan SG	1º pasta SG con queso 2º rape al horno Sin ensalada Fruta permitida Pan SG	1º crema de patata 2º pollo salteado Sin ensalada Yogur Pan SG
Sin gluten (SG), huevo (SH) ni legumbres (SS)	1º sopa maravilla SG/SS/SH Pan SG	1º arroz meloso de pollo y verduras SS Pan SG	1º patata con verduras SS 2º lomo SS en salsa Pan SG	1º pasta SS/SG/SH al queso Pan SG	1º crema de verduras SS 2º salteado de pollo y verduras SS Pan SG
Sin gluten (SG)	1º sopa maravilla SG Pan SG	Pan SG	1º garbanzos con verduras Pan SG	1º pasta SG al queso Pan SG	1º crema de verduras (sin lentejas) 2º salteado de pollo y verduras Pan SG

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:





Enero



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

12

13

14

15

16

BASAL

Sopa maravilla (1,3,6,10)
Tacos de magro con tomate

Patatas fritas
Fruta de temporada
Pan (1)

Arroz meloso de pollo y verduras
Salmón horneado al eneldo (4)

Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan (1) integral

Lentejas ECO a la castellana (1)
Tortilla de queso (3,7)

Verduras al horno
Fruta de temporada
Pan (1)

Pasta integral al queso (1,3,6,7,10)
Rape al horno al toque de pimentón (2,4,13)

Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan (1) integral

Crema de verduras y legumbres (1)
Fajitas de pollo y verduras (1,6,10)

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.

Ovovegetariano	1º sopa maravilla de verduras 2º soja texturizada con tomate	1º arroz meloso de verduras 2º tofu con verduras	1º lentejas con verduras	2º tosta con pisto y huevo	2º fajitas de soja texturizada y verduras
Sin carne	1º sopa maravilla de verduras 2º soja texturizada con tomate	1º arroz meloso de verduras	1º lentejas con verduras		2º fajitas de soja texturizada y verduras
SFS: Cacahuete			1º lentejas a la castellana SFS		2º fajitas SFS de pollo y verduras
SFS: Nueces			1º lentejas a la castellana SFS		2º fajitas SFS de pollo y verduras
Sin pollo ni pavo, sin soja (SS)	1º sopa SS maravilla de verduras	1º arroz meloso de verduras SS	1º patatas con verduras SS	1º pasta SS al queso	1º crema de verduras SS 2º salteado de magro y verduras
Sin pescado		2º pavo a la plancha		2º tosta con pisto y huevo	
Sin marisco		2º salmón horneado al eneldo (sin trazas)		2º merluza al horno (sin trazas)	
Sin lechuga	Este menú no tendrá lechuga como ingrediente. Se prestará especial atención a las ensaladas, no se empleará.				
Sin lactosa (SL)			2º tortilla francesa	1º pasta integral con verduras y tomate	Fruta de temporada
Vegetariano	1º sopa maravilla de verduras 2º soja texturizada con tomate	1º arroz meloso de verduras 2º tofu con verduras	1º lentejas con verduras	2º tosta con pisto y huevo	2º fajitas de soja texturizada y verduras
Sin pescado, alubias, melón, calabaza		2º pavo a la plancha		2º tosta con pisto y huevo	
En este menú no se ofrecerá melón como opción de postre. Todas las frutas se darán peladas.					

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:





Enero



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

19

20

21

22

23

BASAL

Fideuà (1,2,3,4,6,10,13)

Crema de brócoli con picatostes
(1,3,5,6,7,10)

Salteado oriental de arroz y verduras
(1,6)

Alubias con calabaza

Guisado de patata con magro y
verduras

Pastel de hortalizas (3)

Albóndigas a la jardinera (6,12)

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

Tiras de pollo a la mostaza (10)

Merluza (4) al horno en salsa de
tomate

Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan (1)

Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan (1) integral

Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan (1)

Champiñones al horno
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 frutos secos (SFS), sin pescado azul	1º pasta con tomate y queso	1º crema de brócoli sin picatostes	2º merluza a la plancha	1º alubias con verduras	
Sin huevo crudo (SH)	2º pescado a la plancha				
Sin melocotón	Este menú no tendrá melocotón como ingrediente ni como opción de postre.				
Sin pera	Este menú no tendrá pera como ingrediente ni como opción de postre.				
Sin cerdo		2º tacos de pavo con tomate			1º guisado de patata con verduras
Sin calabaza				1º alubias con verduras	
Sin alubias, judías ni lentejas				1º garbanzos con calabaza	
Sin leche	Este menú no ofrecerá leche como ingrediente, en sus elaboraciones u opción de postre.				
Sin gluten ni fructosa (SG)	1º pasta SS aliñada con atún 2º tortilla francesa Sin ensalada Fruta permitida Pan SG	1º crema de patata sin picatostes 2º tacos de pavo Sin ensalada Fruta permitida Pan SG	1º arroz aliñado 2º pescado fresco de lonja a la plancha Sin ensalada Fruta permitida Pan SG	1º hervido de patata 2º tiras de pollo a la plancha Sin ensalada Fruta permitida Pan SG	1º patata con magro 2º merluza al horno Sin ensalada Yogur Pan SG
Sin gluten (SG), huevo (SH) ni legumbres (SS)	1º fideuà SG/SS/SH 2º pescado a la plancha Pan SG	1º crema de brócoli SS sin picatostes 2º tacos de pavo SS con tomate Pan SG	1º arroz con verduras SS (sin soja) 2º pescado fresco de lonja SS/SG/SH Pan SG	1º patatas con verduras SS Pan SG	1º guisado de patata con magro y verduras SS Pan SG
Sin gluten (SG)	1º fideuà SG Pan SG	1º crema de brócoli sin picatostes Pan SG	1º arroz con verduras (sin soja) 2º pescado fresco de lonja SG Pan SG	Pan SG	Pan SG

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:





Enero



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

19

20

21

22

23

BASAL

Fideuà (1,2,3,4,6,10,13)	Crema de brócoli con picatostes (1,3,5,6,7,10)	Salteado oriental de arroz y verduras (1,6)	Alubias con calabaza	Guisado de patata con magro y verduras
Pastel de hortalizas (3)	Albóndigas a la jardinera (6,12)	Pescado fresco de lonja (1,2,4,6,10,13)	Tiras de pollo a la mostaza (10)	Merluza (4) al horno en salsa de tomate
Ensalada variada	Ensalada variada	Ensalada variada	Champiñones 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.

Ovovegetariano	1º pasta con tomate y verduras	2º soja texturizada con tomate	2º tosta con hummus	2º hamburguesa de queso y coliflor	1º guisado de patata y verduras 2º tortilla de champiñón
Sin carne					
SFS: Cacahuete		1º crema de brócoli sin picatostes	2º pescado fresco de lonja SFS	1º alubias con verduras	
SFS: Nueces		1º crema de brócoli sin picatostes	2º pescado fresco de lonja SFS	1º alubias con verduras	
Sin pollo ni pavo, sin soja (SS)	1º fideuà SS	2º magro con tomate	1º arroz con verduras (sin soja) 2º pescado fresco de lonja SS	1º patatas con verduras SS	1º guisado de patata con magro y verduras SS
Sin pescado	1º pasta con tomate y verduras		2º tosta con hummus		2º tortilla de champiñón
Sin marisco	1º pasta con tomate y verduras		2º merluza a la plancha (sin trazas)		2º merluza al horno en salsa de tomate (sin trazas)
Sin lechuga	Este menú no tendrá lechuga como ingrediente. Se prestará especial atención a las ensaladas, no se empleará.				
Sin lactosa (SL)		1º crema de brócoli sin picatostes	2º pescado fresco de lonja SL		Fruta de temporada
Vegetariano	1º pasta con tomate y verduras	2º soja texturizada con tomate	2º tosta con hummus	2º hamburguesa de queso y coliflor	1º guisado de patata y verduras 2º tortilla de champiñón
Sin pescado, alubias, melón, calabaza	En este menú no se ofrecerá melón como opción de postre. Todas las frutas se darán peladas.				

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:





Enero



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

26

27

28

29

30

BASAL

Arroz milanesa

Hervido valenciano

Potaje de garbanzos con espinacas

Crema de verduras de temporada

Palometa al horno en salsa Mery (2,4,13)

Ragout de pavo con verduras y guisantes (6)

Revuelto de calabacín (3)

Pollo al horno

Ensalada variada
Fruta de temporada

Ensalada variada
Fruta de temporada

Verduras asadas
Fruta de temporada

Ensalada variada
Fruta de temporada

Pan (1)

Pan (1) integral

Pan (1)

Pan integral (1)

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.

Sin frutos secos (SFS), sin pescado azul	2º merluza al horno en salsa Mery				2º merluza empanada al horno Yogur sin chocolate
Sin huevo crudo (SH)			2º pescado al horno		
Sin melocotón	Este menú no tendrá melocotón como ingrediente ni como opción de postre.				
Sin pera	Este menú no tendrá pera como ingrediente ni como opción de postre.				
Sin cerdo	1º arroz de verduras				
Sin calabaza	Este menú no tendrá calabaza como ingrediente en sus elaboraciones.				
Sin alubias, judías ni lentejas					
Sin leche	Este menú no ofrecerá leche como ingrediente, en sus elaboraciones u opción de postre.				
Sin gluten ni fructosa (SG)	1º arroz aliñado con magro 2º palometa al horno Sin ensalada Fruta permitida Pan SG	1º hervido de patata 2º lomo a la plancha Sin ensalada Fruta permitida Pan SG	1º pasta SS con atún 2º tortilla francesa Sin ensalada Fruta permitida Pan SG	1º crema de patata 2º pollo al horno Sin ensalada Fruta permitida Pan SG	1º pasta SS aliñada 2º merluza al horno Sin ensalada Yogur Pan SG
Sin gluten (SG), huevo (SH) ni legumbres (SS)	1º arroz milanesa SS Pan SG	1º hervido de patata y zanahoria 2º lomo SS con verduras Pan SG	1º patatas con espinacas 2º pescado al horno Pan SG	1º crema de verduras de temporada SS Pan SG	1º pasta SG con carbonara de espinacas 2º merluza empanada SG Pan SG Yogur sin chocolate
Sin gluten (SG)	Pan SG	Pan SG	Pan SG	Pan SG	1º pasta SG con carbonara de espinacas 2º merluza empanada SG Pan SG

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:





Enero



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

26

27

28

29

30

BASAL

Arroz milanesa

Hervido valenciano

Potaje de garbanzos con espinacas

Crema de verduras de temporada

Palometa al horno en salsa Mery (2,4,13)

Ragout de pavo con verduras y guisantes (6)

Revuelto de calabacín (3)

Pollo al horno

Ensalada variada
Fruta de temporada

Ensalada variada
Fruta de temporada

Verduras asadas
Fruta de temporada

Ensalada variada
Fruta de temporada

Pan (1)

Pan (1) integral

Pan (1)

Pan integral (1)

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.

Ovovegetariano	1º arroz de verduras 2º tortilla de queso	2º guisantes salteados con cebolla		2º soja texturizada con tomate	2º nuggets de queso y brócoli
Sin carne	1º arroz de verduras	2º guisantes salteados con cebolla		2º soja texturizada con tomate	
SFS: Cacahuete					2º merluza empanada al horno Yogur sin chocolate
SFS: Nueces					2º merluza empanada al horno Yogur sin chocolate
Sin pollo ni pavo, sin soja (SS)	1º arroz milanesa SS (sin pollo ni pavo)	1º hervido de patata y zanahoria 2º magro con verduras (sin guisantes)	1º patatas con espinacas	1º crema de verduras de temporada SS 2º lomo SS a la plancha	1º lacitos SS con tomate y espinacas 2º merluza empanada al horno Yogur sin chocolate
Sin pescado	2º tortilla de queso				2º pollo en salsa
Sin marisco	2º merluza al horno en salsa Mery (sin trazas)				2º merluza empanada al horno (comprobar trazas)
Sin lechuga	Este menú no tendrá lechuga como ingrediente. Se prestará especial atención a las ensaladas, no se empleará.				
Sin lactosa (SL)					1º lacitos con tomate y espinacas (sin queso) 2º merluza empanada al horno Fruta de temporada
Vegetariano	1º arroz de verduras 2º tortilla de queso	2º guisantes salteados con cebolla		2º soja texturizada con tomate	2º nuggets de queso y brócoli
Sin pescado, alubias, melón, calabaza					2º pollo en salsa

En este menú no se ofrecerá melón como opción de postre.
Todas las frutas se darán peladas.

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:





Los cocineros de la paz

Una noche de enero, los seres mágicos del invierno descubrieron que podían cocinar la paz: solo necesitaban espinacas del amanecer, hilos de luna y muchas ganas de compartir. Así nacieron los lazos de esperanza, la receta mágica que alimenta el alma.

Servalia

RECOMENDADOR DE CENAS

Comida

- | | |
|--|--|
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |

Cena

- | | |
|--|--|
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |

Postre

- | | |
|--|--|
| | |
| | |

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

