

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1

2

VACACIONES

5

6

7

8

9

VACACIONES

**Pasta sin gluten a la napolitana**

Arroz al horno (3,6,7,8)

Garbanzos con verduras

**Pollo a la plancha**

Ensalada variada  
Fruta de temporada

**Pan sin gluten**

Merluza al limón con guisantes (4)

Ensalada variada  
Fruta de temporada

**Pan sin gluten**

Tortilla de patata (3)  
Ensalada variada  
Yogur (7) / Fruta de temporada

**Pan sin gluten**

12

13

14

15

16

Arroz meloso de pollo y verduras

**Sopa de fideos sin gluten**

Tacos de magro con tomate

**Garbanzos a la castellana**

Tortilla de queso (3,7)

Ensalada variada  
Fruta de temporada

**Pan sin gluten**

**Pasta sin gluten al queso**

Rape al horno al toque de pimentón  
(2,4,13)

Verduras al horno  
Fruta de temporada

**Pan sin gluten**

**Crema de verduras y legumbres (no  
lentejas)**

**Salteado de pollo y verduras**

Ensalada variada  
Yogur (7) / Fruta de temporada

**Pan sin gluten**

19

20

21

22

23

Fideuà sin gluten (1,2,3,4,6,10,13)

Crema de brócoli

Guisado de patata con magro y verduras

Alubias con calabaza

**Salteado de arroz y verduras (sin soja)**

Pastel de hortalizas (3)

Ensalada variada  
Fruta de temporada

**Pan sin gluten**

**Pavo a la plancha**

Ensalada variada  
Fruta de temporada

**Pan sin gluten**

Merluza (4) al horno en salsa de tomate

Ensalada variada  
Fruta de temporada

**Pan sin gluten**

Tiras de pollo a la mostaza (10)

Champiñones al horno  
Fruta de temporada

**Pan sin gluten**

**Pescado fresco de lonja sin gluten**

Ensalada variada  
Yogur (7) / Fruta de temporada

**Pan sin gluten**

26

27

28

29

**DÍA DE LA PAZ**

30

Hervido valenciano

Arroz milanese

Potaje de garbanzos con espinacas

Crema de verduras de temporada

Ragout de pavo con verduras y  
guisantes (6)

Ensalada variada  
Fruta de temporada

**Pan sin gluten**

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

Ensalada variada  
Fruta de temporada

**Pan sin gluten**

Revuelto de calabacín (3)

Ensalada variada  
Fruta de temporada

**Pan sin gluten**

Pollo al horno

Verduras asadas  
Fruta de temporada

**Pan sin gluten**



**Lazos de esperanza  
(Pasta sin gluten con carbonara de  
espinacas)**  
**Cartas de amistad  
(Merluza empanada sin gluten)**  
**Ensalada variada**  
**Yogur con fideos de chocolate (5,6,7,8)**  
**Pan sin gluten**

Elaborado por el Departamento de Calidad:

**Raquel Sanz CV00815**

**Amparo Sáez CV00813**

**Nuria Escrig CV02177**



Leyenda de alérgenos:



**USUARIO:** ramoncid

**CONTRASEÑA:** 1298

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:





# 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.

## RECOMENDADOR DE CENAS

### Comida

- Pasta/ Arroz
- Pasta/ Arroz
- Pasta/ Arroz
- Verduras
- Verduras
- Verduras
- Verduras
- Legumbres
- Legumbres

- Proteína vegetal
- Pescado
- Huevos
- Carne
- Pescado
- Huevos
- Carne
- Carne
- Pescado

### Cena

- Verduras
- Pescado
- Verduras
- Huevos
- Verduras
- Carne
- Pasta/ Arroz
- Proteína vegetal
- Pasta/ Arroz
- Pescado
- Pasta/ Arroz
- Huevos
- Verduras
- Carne
- Verduras
- Proteína vegetal

### Postre

- Lácteos
- Fruta

- Fruta
- Lácteos

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

