



# MENÚ MARÇ

ACCEDIX ALS MENÚS DEL TEU CENTRE EN: [WWW.SERVALIA.ORG](http://WWW.SERVALIA.ORG)

USUARI: platero

CONTRASENYA 4609



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

			1	2	3
			Arròs a l'hortolana Ventresca de lluç a la llima amb pèsols saltats Fruita de temporada Pa integral	Crema de carabasseta amb formatge Pollastre al forn amb creïlles Fruita de temporada Pa	Guisat de cigrons al toc de curri Tosta de pernil serrà amb tomaca natural i ensalada variada Lacti Pa
6	7	8	9	10	
Guisat de verdura de temporada Pit de pollastre en salsa de mostassa i arròs pilaf Fruita de temporada Pa	Arròs amb tomaca Llonganisses casolanes amb pimentó Fruita de temporada Pa	<b>Dia de la dona</b> Crema de llegums de l'àvia Trita francesa amb ensalada Fruita de temporada Pa	Espirals gratinades amb samfaina manxega Peix fresc de llotja amb dacsà saltada Suc de taronja natural Pa integral	Llenties <b>ECO</b> a la jardinerà Biscotes integrals de titot i tomaca amb orenga Lacti Pa	
13	14	15	16	17	
Crema de verdures de temporada Lluç a l'andalusa amb tomaca Fruita de temporada Pa	Estofat de fesols amb xoriço Trita de tonyina amb ensalada Fruita de temporada Pa	<b>Dia faller</b> Arròs amb tomaca Rotllet amb pernil i formatge amb ensalada Taronja amb canyella Pa	<b>FESTIU</b>	<b>FESTIU</b>	
20	21	22	23	24	
Macarrons a la amatriciana Trita francesa amb formatge Fruita de temporada Pa	Crema de pèsols amb poma i crostons Pollastre al forn amb xampinyons Fruita de temporada Pa	<b>Dia internacional de l'aigua</b> Sopa de pluja i verdures de temporada Magre en salsa de carlota Fruita de temporada Pa integral	Llenties <b>ECO</b> guisades amb verdures de temporada Peix fresc de llotja amb rodanxa de tomaca Suc de taronja natural Pa	Ensalada completa amb ou Arròs al forn Lacti Pa	
27	28	29	30	31	
Guisat de creïlles amb fesols tendres Ous regirats amb samfaina Fruita de temporada Pa	Olla de cigrons Coca de "Requena" amb ensalada Fruita de temporada Pa	Vichyssoise Pollastre amb verdures Fruita de temporada Pa integral	Arròs a la milanesa Peix fresc de llotja amb ensalada Fruita de temporada Pa	Pasta <b>ECO</b> amb bolonyesa vegetal Estics de verdura amb salsa barbacoa Lacti Pa	

Som una empresa compromesa amb la qualitat, seguretat i el medi ambient:



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



## SABIES QUÈ...?

### Per a què serveix l'aigua?

- Regula la temperatura del nostre cos
- Transporta els nutrients pel nostre organisme
- Elimina els residus del nostre cos Afavoreix la digestió
- Ajuda a mantindre'ns actius
- Manté la nostra pell saludable
- Desperta el cervell



## 22 de març DIA MUNDIAL DE L'AIGUA

### Com cuidar l'aigua?

- Tanca l'aixeta quan et llares mans o dents
- No utilitzes el WC com si fora una paperera
- Dutxa't en lloc de banyar-te
- Lava els vegetals en un bol, en lloc de llavar sota l'aixeta oberta
- Vigila que no degote cap aixeta
- L'aigua no és un joc

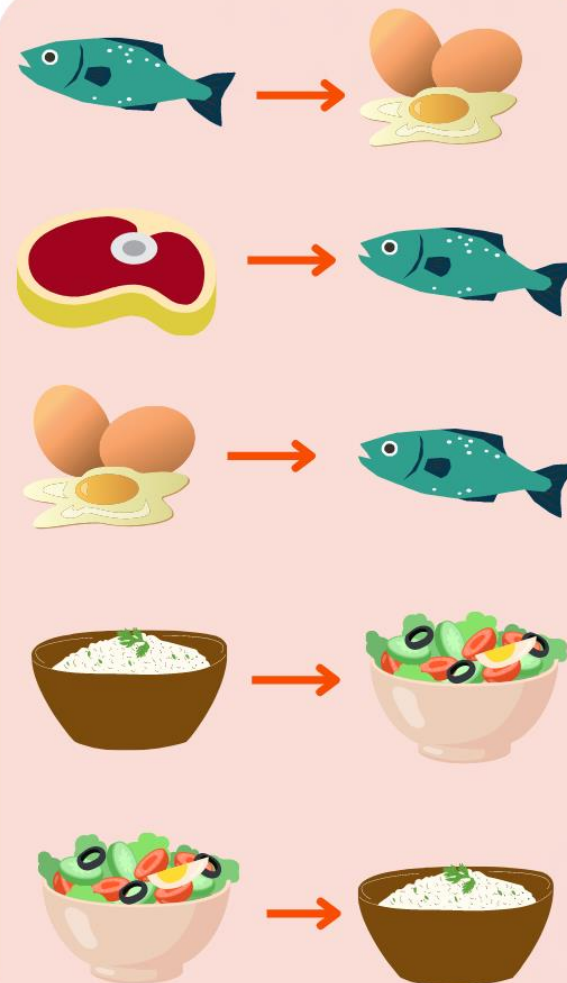
### Com ajudem a cuidar el planeta des de Servalia?

Des de Servalia, contribuïm a la reducció de plàstics mitjançant la instal·lació de fonts d'aigua amb osmosis inversa en la majoria dels nostres centres.

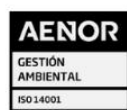
Amb aquest xicotet gest evitem gastar 540.000 botelles de plàstic anualment.



## RECOMANADOR DE SOPARS



Som una empresa compromesa amb la qualitat, seguretat i el medi ambient:



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



 **servalia**