



Enero

Servalia

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1

2

VACACIONES

5

6

7

8

9

VACACIONES

Macarrones a la napolitana (1,3,6,7,10)

Garbanzos con verduras

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

Hamburguesa de coliflor y queso al horno
(1,3,7,11)

Tortilla de patata (3)

Merluza al limón con guisantes (4)

Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan (1)

Pisto de verduras
Fruta de temporada
Pan (1) integral

Ensalada variada
Yogur (7) / Fruta de temporada
Pan (1)

12

13

14

15

16

Arroz meloso de pollo y verduras

Sopa maravilla (1,3,6,10)

Lentejas ECO a la castellana (1)

Pasta integral al queso (1,3,6,7,10)

Crema de verduras y legumbres (1)

Salmón horneado al eneldo (4)

Tacos de magro con tomate

Tortilla de queso (3,7)

Rape al horno al toque de pimentón

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

Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan (1)

Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan (1) integral

Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan (1)

Verduras al horno
Fruta de temporada
Pan (1) integral

Ensalada variada
Yogur (7) / Fruta de temporada
Pan (1)

19

20

21

22

23

Fideuà (1,2,3,4,6,10,13)

Guisado de patata con magro y verduras

Crema de brócoli

Salteado oriental de arroz y verduras (1,6)

Alubias con calabaza

Pastel de hortalizas (3)

Merluza (4) al horno en salsa de tomate

Albóndigas a la jardinera (1,6,12)

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

Tiras de pollo a la mostaza (10)

Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan (1)

Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan (1) integral

Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan (1)

Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan (1) integral

Champiñones al horno
Yogur (7) / Fruta de temporada
Pan (1)

26

27

28

29

30

Hervido valenciano

Arroz milanese

Potaje de garbanzos con espinacas

Crema de verduras de temporada

DÍA DE LA PAZ

Ragout de pavo con verduras y guisantes (6)

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

Tortilla de calabacín (3)

Pollo al horno

Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan (1)

Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan (1) integral

Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan (1)

Verduras asadas
Fruta de temporada
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)

Elaborado por el Departamento de Calidad:

Raquel Sanz CV00815
Amparo Sáez CV00813
Nuria Escrig CV02177



Leyenda de alérgenos:



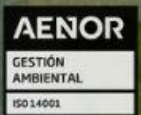
USUARIO: Platero

CONTRASEÑA: 4609

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.

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

Postre

- Lácteos
- Fruta

- Fruta
- Lácteos

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

