



Marzo



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2	3	4	5	6
Lacitos con verduras y salsa de soja (1,3,6,10) (Pasta, verduras y salsa de soja) Bacalao al horno (2,4,13) Pisto de verduras Fruta de temporada Pan (1)	Alubias con calabaza y jamón (8,12) (Alubias, patata, calabaza y jamón) Ragout de pavo con guisantes y zanahoria Ensalada variada Fruta de temporada Pan integral (1)	Arroz al horno (6,8,12) (Arroz, garbanzos, patata, magro y morcilla) Tortilla de calabacín (3) Ensalada variada Fruta de temporada Pan (1)	Crema de puerro y patata (12) (Patata, puerro y cebolla) Pechugas de pollo al curry (1,7,10) Ensalada variada Fruta de temporada Pan integral (1)	Guiso marinero (1,2,3,4,5,6,7,8,12,13) (Patata, pescado y frutos del mar) Albóndigas en salsa (1,6,12) Ensalada variada Yogur (7) / Fruta de temporada Pan (1)
9	10	11	12	13
Macarrones integrales al queso (1,3,6,7,10) (Pasta integral, cebolla y queso) Merluza en salsa de tomate (4) Ensalada variada Fruta de temporada Pan (1)	Sopa de letras (1,3,6,10) (Pasta, verduras y pollo) Abadejo a la portuguesa (2,4,13) Ensalada variada Fruta de temporada Pan integral (1)	Arroz con tomate (Arroz, tomate y cebolla) Entremeses variados (6,7) Ensalada variada Fruta de temporada Pan (1)	Crema de verduras y legumbres (12) (Patata, verduras y alubias) Jamoncitos de pollo al horno Verduras asadas Fruta de temporada Pan integral (1)	Potaje de garbanzos (12) (Garbanzos, patata, espinacas y zanahoria) Tortilla de patata (3,12) Ensalada variada Yogur (7) / Fruta de temporada Pan (1)
16	17	18	19	20
FESTIVO				Espaguetis a la boloñesa (1,3,6,10) (Pasta, tomate, cebolla y carne picada) Varitas de merluza (1,2,3,4,6,7,10) Ensalada variada Yogur (7) / Fruta de temporada Pan (1)
23	24	25	26	PRIMAVERA EN EL OLIMPO 27
Lentejas con verduras y chorizo (1,6,12) (Lentejas, patata, zanahoria y chorizo) Tortilla de champiñones (3,12) Ensalada variada Fruta de temporada Pan (1)	Arroz meloso de pollo y verduras (Arroz, verduras y pollo) Rape en salsa verde (2,4,13) Ensalada variada Fruta de temporada Pan integral (1)	Crema de coliflor (12) (Patata, puerro y coliflor) Lomo de cinta en salsa de verduras Ensalada variada Fruta de temporada Pan (1)	Sopa maravilla (1,3,6,10) (Pasta, verduras y pollo) Salmón al horno (4) Champiñones salteados (12) Fruta de temporada Pan integral (1)	 Primavera de Perséfone (Ensalada de pasta (1,3,4,6,7,10)) (Pasta, atún, queso, maíz, tomate, aceitunas) Rocas del Olimpo (Palomitas de pollo (1,6,10,12)) Yogur (7) / Fruta de temporada Pan (1)
30	31			
Estofado de patata, magro y verduras (12) (Patata, magro, judía verde y verduras) Ventresca de merluza al limón con guisantes (4) Ensalada variada Fruta de temporada	Sopa de cocido con garbanzos y fideos ECO (1,3,6,10,12) (Pasta, verduras, garbanzos y carne) Cocido completo (1,3,6,10,12) Ensalada variada Fruta de temporada			

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



Leyenda de alérgenos:

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14

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:





El despertar de la primavera

Por fin ha llegado la primavera al Olimpo. Las flores salen a saludar al sol y el mundo se llena de vida y de sonrisas. La luz y los colores lo envuelven todo, y cada día es una nueva oportunidad para crecer y disfrutar.

Jaumeraspeig
0396

Servalia

RECOMENDADOR DE CENAS

Comida

- | | |
|--------------|------------------|
| Pasta/ Arroz | Proteína vegetal |
| Pasta/ Arroz | Pescado |
| Pasta/ Arroz | Huevos |
| Verduras | Carne |
| Verduras | Pescado |
| Verduras | Huevos |
| Legumbres | Carne |
| Legumbres | 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:

