

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

5

6

7

8

9

BASAL

VACACIONES

Macarrones a la napolitana (1,3,6,7,10)	Arroz al horno	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.

Triturado		Triturado de macarrones, verduras y pollo Fruta de temporada triturada	Triturado de arroz, verduras y merluza Fruta de temporada triturada	Triturado de garbanzos con verduras y huevo Yogur batido
Triturado PEG <i>Dieta triturada, consistencia puré. Colar / Tamizar</i>		Triturado de verduras y pollo Fruta de temporada triturada	Triturado de arroz, verduras y merluza Fruta de temporada triturada	Triturado de verduras y huevo Fruta de temporada triturada
	Alimentos en pequeñas cantidades: arroz, queso, fruta, guisantes y comidas grasas.	ALIMENTOS A EVITAR: Patata, garbanzos, lentejas, frijoles, copos de avena, atún, yogur, zumo de tomate, zumo de melocotón, panceta, pasta.		
Triturado sin lactosa (SL)		Triturado de macarrones, verduras y pollo Fruta de temporada triturada	Triturado de arroz, verduras y merluza Fruta de temporada triturada	Triturado de garbanzos con verduras y huevo Fruta de temporada triturada
Sin sal (cocinado sin sal)		2º Pollo a la plancha		2º Tortilla francesa
Insuficiencia renal (cocinado sin sal / fruta pelada)			2º Merluza al limón (sin guisantes)	2º Tortilla francesa
	Las legumbres serán ya cocidas de bote. Se lavarán concienzudamente antes del cocinado.	Más cantidad de alimento proteico que de guarnición de verduras permitidas.		
	ALIMENTOS NO PERMITIDOS: Plátano, melón, uvas. Patata. Verduras de hoja verde (sí puede lechuga), calabaza, aguacate, tomate natural (sí bote) champiñones, maíz, guisantes, remolacha. Salsas. Refrescos. Productos integrales. Embutidos			
Hipocalórico (reducir HC)		2º Pollo a la plancha		2º Tortilla francesa Yogur natural
Hipocalórico sin sal (reducir HC)		2º Pollo a la plancha		2º Tortilla francesa Yogur natural
Baja en HC (reducir HC, sin pan)		2º Pollo a la plancha		2º Tortilla francesa Yogur natural
Baja en HC, sin gluten (SG) (reducir HC, sin pan)		1º Pasta SG a la napolitana 2º Pollo a la plancha		2º Tortilla francesa Yogur natural

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:



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

5

6

7

8

9

BASAL

VACACIONES

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

Hamburguesa de coliflor y queso al
horno (1,3,7,11)
Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan (1)

Arroz al horno

Merluza al limón con guisantes (4)

Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan (1) integral

Garbanzos con verduras

Tortilla de patata (3)

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 gluten (SG) (pan SG)		1º Pasta SG a la napolitana 2º Pollo a la plancha		
Sin gluten (SG), lactosa (SL) (pan SG)		1º Pasta SG a la napolitana SL 2º Pollo a la plancha		Fruta de temporada
Sin lactosa (SL)		1º Macarrones a la napolitana SL 2º Pollo a la plancha		Fruta de temporada
Sin legumbres (SS)		1º Pasta SS a la napolitana 2º Pollo a la plancha	2º Merluza al limón (sin guisantes)	1º Hervido de verduras
Sin HC (sin pan)		1º Judías verdes salteadas con tomate 2º Pollo a la plancha	1º Verduras al horno 2º Merluza al limón (sin guisantes)	1º Hervido de verduras 2º Tortilla francesa
Sin HC (sí patata) (sin pan)		1º Judías verdes salteadas con tomate 2º Pollo a la plancha	1º Verduras al horno 2º Merluza al limón (sin guisantes)	1º Hervido de verduras
Sin cerdo				
Sin carne			1º Arroz de verduras al horno	
Sin azúcares, pescados grandes, arroz ni pasta. Limitar solanáceas	Limitar solanáceas: patata, tomate, berenjena y pimientos. No dar pescados grandes: salmón, atún, emperador...			
2000 kcal (sin pan)		1º Macarrones a la napolitana (90g pasta) 2º Pollo a la plancha Ensalada variada Fruta de temporada	1º Arroz de verduras al horno (90g arroz) 2º Merluza al limón con guisantes (150g merluza) Ensalada variada Fruta de temporada	1º Garbanzos con verduras (120g garbanzos) 2º Tortilla francesa Ensalada variada Fruta de temporada
	1. Un plato de verduras 2. Proteína a elegir entre: 100g carne / 150g pescado / huevo 3. HC a elegir entre: 300g patata / 120g pan integral / 120g legumbres / 90g arroz / 90g pasta 4. 1 pieza de fruta			

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:

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:

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

12

13

14

15

16

BASAL

Arroz meloso de pollo y verduras
Merluza a la andaluza (1,4,6,10)
Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan (1)

Sopa maravilla (1,3,6,10)
Ternera guisada con verduras
Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan (1) integral

Lentejas ECO a la castellana (1)
Tortilla de queso (3,7)
Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan (1)

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

Triturado	Triturado de arroz, verduras y merluza Fruta de temporada triturada	Triturado de pasta y ternera guisada con verduras Fruta de temporada triturada	Triturado de lentejas ECO, verduras y huevo Fruta de temporada triturada	Triturado de pasta integral, verduras y bacalao Fruta de temporada triturada	Triturado de crema de verduras y legumbres con pollo Yogur batido
Triturado PEG <i>Dieta triturada, consistencia puré. Color / Tamizar</i>	Triturado de arroz, verduras y merluza Fruta de temporada triturada	Triturado de ternera guisada con verduras Fruta de temporada triturada	Triturado de arroz, verduras y huevo Fruta de temporada triturada	Triturado de verduras y bacalao Fruta de temporada triturada	Triturado de crema de verduras (sin patata) con pollo Fruta de temporada triturada
	Alimentos en pequeñas cantidades: arroz, queso, fruta, guisantes y comidas grasas. // ALIMENTOS A EVITAR: Patata, garbanzos, lentejas, frijoles, copos de avena, atún, yogur, zumo de tomate, zumo de melocotón, panceta, pasta.				
Triturado sin lactosa (SL)	Triturado de arroz, verduras y merluza Fruta de temporada triturada	Triturado de pasta y ternera guisada con verduras Fruta de temporada triturada	Triturado de lentejas ECO, verduras y huevo Fruta de temporada triturada	Triturado de pasta integral, verduras y bacalao Fruta de temporada triturada	Triturado de crema de verduras y legumbres con pollo Fruta de temporada triturada
Sin sal (cocinado sin sal)	2º Merluza al horno		1º Lentejas ECO con verduras 2º Tortilla francesa	2º Salmón a la plancha	2º Pollo salteado con verduras
Insuficiencia renal (cocinado sin sal / fruta pelada)			1º Lentejas ECO con verduras	1º Pasta blanca al queso 2º Salmón a la plancha	1º Crema de verduras y legumbres (sin patata)
	Las legumbres serán ya cocidas de bote. Se lavarán concienzudamente antes del cocinado. // Más cantidad de alimento proteico que de guarnición de verduras permitidas. ALIMENTOS NO PERMITIDOS: Plátano, melón, uvas. Patata. Verduras de hoja verde (sí puede lechuga), calabaza, aguacate, tomate natural (sí bote) champiñones, maíz, guisantes, remolacha. Salsas. Refrescos. Productos integrales. Embutidos				
Hipocalórico (reducir HC)	2º Merluza al horno		1º Lentejas ECO con verduras 2º Tortilla francesa		2º Pollo salteado con verduras Yogur natural
Hipocalórico sin sal (reducir HC)	2º Merluza al horno		1º Lentejas ECO con verduras 2º Tortilla francesa	2º Salmón a la plancha	2º Pollo salteado con verduras Yogur natural
Baja en HC (reducir HC, sin pan)	2º Merluza al horno				2º Pollo salteado con verduras Yogur natural
Baja en HC, sin gluten (SG) (reducir HC, sin pan)	2º Merluza al horno	1º Sopa con pasta SG	1º Alubias con verduras	1º Pasta SG al queso	1º Crema de verduras (sin legumbres) 2º Pollo salteado con verduras Yogur natural

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:



	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	12	13	14	15	16
BASAL	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)
	Merluza a la andaluza (1,4,6,10)	Ternera guisada con verduras	Tortilla de queso (3,7)	Bacalao al horno al toque de pimentón (2,4,13)	Fajitas de pollo y verduras (1,6,10)
	Ensalada variada	Ensalada variada	Ensalada variada	Verduras 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.					
Sin gluten (SG) (pan SG)	2º Merluza al horno	1º Sopa con pasta SG	1º Alubias con verduras	1º Pasta SG al queso	1º Crema de verduras (sin legumbres) 2º Pollo salteado con verduras
Sin gluten (SG), lactosa (SL) (pan SG)	2º Merluza al horno	1º Sopa con pasta SG	1º Alubias con verduras 2º Tortilla francesa	1º Pasta SG con tomate y verduras SL	1º Crema de verduras (sin legumbres) 2º Pollo salteado con verduras Fruta de temporada
Sin lactosa (SL)			2º Tortilla francesa	1º Pasta integral con tomate y verduras SL	Fruta de temporada
Sin legumbres (SS)	2º Merluza al horno	1º Sopa con pasta SS	1º Guisado de verduras	1º Pasta SS al queso	1º Crema de verduras (sin legumbres) 2º Pollo salteado con verduras
Sin HC (sin pan)	1º Verduras salteadas con tomate 2º Merluza al horno	1º Sopa (sin pasta)	1º Guisado de verduras	1º Verduras gratinadas	1º Crema de verduras (sin legumbres, sin patata) 2º Pollo salteado con verduras
Sin HC (sí patata) (sin pan)	1º Verduras salteadas con tomate 2º Merluza al horno	1º Sopa (sin pasta)	1º Guisado de verduras	1º Verduras gratinadas	1º Crema de verduras (sin legumbres) 2º Pollo salteado con verduras
Sin cerdo			1º Lentejas ECO con verduras		
Sin carne	1º Arroz meloso de verduras	1º Sopa de verduras con pasta maravilla 2º Soja texturizada guisada con verduras	1º Lentejas ECO con verduras		2º Fajitas de atún con verduras
Sin azúcares, pescados grandes, arroz ni pasta. Limitar solanáceas	1º Verduras salteadas con tomate	1º Sopa (sin pasta)		1º Verduras gratinadas	Yogur natural
	Limitar solanáceas: patata, tomate, berenjena y pimientos. No dar pescados grandes: salmón, atún, emperador...				
2000 kcal (sin pan)	1º Arroz meloso de verduras (90g arroz) 2º Merluza al horno (150g) Ensalada variada Fruta de temporada	1º Sopa maravilla (45g pasta) 2º Ternera guisada con verduras (100g ternera) Ensalada variada Fruta de temporada	1º Lentejas ECO con verduras 2º Tortilla de queso Ensalada variada Fruta de temporada	1ºPasta integral al queso (90g pasta) 2º Bacalao al horno al toque de pimentón (150g bacalao) Verduras al horno Fruta de temporada	1º Crema de verduras (300g patata) 2º Pollo salteado con verdura (100g pollo) Ensalada variada Fruta de temporada
	1. Un plato de verduras 2. Proteína a elegir entre: 100g carne / 150g pescado / huevo 3. HC a elegir entre: 300g patata / 120g pan integral / 120g legumbres / 90g arroz / 90g pasta 4. 1 pieza de fruta				



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

19

20

21

22

23

BASAL

Fideuà (1,2,3,4,6,10,13)

Crema de calabacín

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)

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.

Triturado	Triturado de pasta, verduras y huevo Fruta de temporada triturada	Triturado de crema de calabacín y albóndigas a la jardinera Fruta de temporada triturada	Triturado de arroz, verduras y pescado fresco de lonja Fruta de temporada triturada	Triturado de alubias con calabaza y pollo Fruta de temporada triturada	Triturado de guisado de patata con verduras y merluza Yogur batido
Triturado PEG <i>Dieta triturada, consistencia puré. Colar / Tamizar</i>	Triturado de arroz, verduras y huevo Fruta de temporada triturada	Triturado de crema de calabacín (sin patata) y albóndigas a la jardinera Fruta de temporada triturada	Triturado de arroz, verduras y pescado fresco de lonja Fruta de temporada triturada	Triturado de verduras y pollo Fruta de temporada triturada	Triturado de verduras y merluza Fruta de temporada triturada
	Alimentos en pequeñas cantidades: arroz, queso, fruta, guisantes y comidas grasas. // ALIMENTOS A EVITAR: Patata, garbanzos, lentejas, frijoles, copos de avena, atún, yogur, zumo de tomate, zumo de melocotón, panceta, pasta.				
Triturado sin lactosa (SL)	Triturado de pasta, verduras y huevo Fruta de temporada triturada	Triturado de crema de calabacín y albóndigas a la jardinera SL Fruta de temporada triturada	Triturado de arroz, verduras y pescado fresco de lonja Fruta de temporada triturada	Triturado de alubias con calabaza y pollo Fruta de temporada triturada	Triturado de guisado de patata con verduras y merluza Fruta de temporada triturada
Sin sal (cocinado sin sal)		2º Tacos de magro a la jardinera	1º Salteado de arroz y verduras (sin salsa de soja) 2º Pescado fresco de lonja a la plancha		
Insuficiencia renal (cocinado sin sal / fruta pelada)		1º Crema de calabacín (sin patata) 2º Tacos de magro a la jardinera	1º Salteado de arroz y verduras (sin salsa de soja) 2º Pescado fresco de lonja a la plancha	1º Alubias con verduras (sin calabaza) 2º Pollo a la plancha Ensalada variada	1º Guisado de verduras con magro
	Las legumbres serán ya cocidas de bote. Se lavarán concienzudamente antes del cocinado. // Más cantidad de alimento proteico que de guarnición de verduras permitidas. ALIMENTOS NO PERMITIDOS: Plátano, melón, uvas. Patata. Verduras de hoja verde (sí puede lechuga), calabaza, aguacate, tomate natural (sí bote) champiñones, maíz, guisantes, remolacha. Salsas. Refrescos. Productos integrales. Embutidos				
Hipocalórico (reducir HC)		2º Tacos de magro a la jardinera	1º Salteado de arroz y verduras (sin salsa de soja) 2º Pescado fresco de lonja a la plancha	2º Pollo a la plancha	Yogur natural
Hipocalórico sin sal (reducir HC)		2º Tacos de magro a la jardinera	1º Salteado de arroz y verduras (sin salsa de soja) 2º Pescado fresco de lonja a la plancha	2º Pollo a la plancha	Yogur natural
Baja en HC (reducir HC, sin pan)			2º Pescado fresco de lonja a la plancha		Yogur natural
Baja en HC, sin gluten (SG) (reducir HC, sin pan)	1º Fideuà de pasta SG	2º Albóndigas a la jardinera SG	1º Salteado de arroz y verduras (sin salsa de soja) 2º Pescado fresco de lonja a la plancha		Yogur natural

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:



Lunes					
Martes					
Miércoles					
Jueves					
Viernes					
19					
20					
21					
22					
23					
BASAL	Fideuà (1,2,3,4,6,10,13)	Crema de calabacín	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)	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)					
Pan (1) integral					
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 gluten (SG) (pan SG)	1º Fideuà de pasta SG	2º Albóndigas a la jardinera SG	1º Salteado de arroz y verduras (sin salsa de soja) 2º Pescado fresco de lonja a la plancha		
Sin gluten (SG), lactosa (SL) (pan SG)	1º Fideuà de pasta SG	2º Albóndigas a la jardinera SG/SL	1º Salteado de arroz y verduras (sin salsa de soja) 2º Pescado fresco de lonja a la plancha		Fruta de temporada
Sin lactosa (SL)		2º Albóndigas a la jardinera SL	2º Pescado fresco de lonja SL		Fruta de temporada
Sin legumbres (SS)	1º Fideuà de pasta SS	2º Tacos de magro a la jardinera SS	1º Salteado de arroz y verduras (sin salsa de soja) 2º Pescado fresco de lonja a la plancha	1º Verduras asadas	
Sin HC (sin pan)	1º Sopa de pescado (sin pasta)	1º Crema de calabacín (sin patata)	1º Salteado oriental de verduras 2º Pescado fresco de lonja a la plancha	1º Verduras asadas	1º Guisado de verduras con magro
Sin HC (sí patata) (sin pan)	1º Sopa de pescado (sin pasta)		1º Salteado oriental de verduras 2º Pescado fresco de lonja a la plancha	1º Verduras asadas	
Sin cerdo		2º Soja texturizada con verduras			1º Guisado de patata y verdura
Sin carne		2º Soja texturizada con verduras		2º Revuelto de verduras	1º Guisado de patata y verdura
Sin azúcares, pescados grandes, arroz ni pasta. Limitar solanáceas	1º Sopa de pescado (sin pasta)		1º Salteado oriental de verduras		Yogur natural
	Limitar solanáceas: patata, tomate, berenjena y pimientos. No dar pescados grandes: salmón, atún, emperador...				
2000 kcal (sin pan)	1º Fideuà (90g pasta) 2º Pastel de hortalizas Ensalada variada Fruta de temporada	1º Crema de calabacín (300g patata) 2º Albóndigas a la jardinera (100g carne) Ensalada variada Fruta de temporada	1º Salteado oriental de arroz y verduras (90g arroz) 2º Pescado fresco de lonja a la plancha (150g) Ensalada variada Fruta de temporada	1º Alubias con calabaza (120g legumbres) 2º Pollo a la mostaza (100g pollo) Champiñones al horno Fruta de temporada	1º Guisado de patata y verduras (300g patata) 2º Merluza al horno en salsa de tomate (150g merluza) Ensalada variada Fruta de temporada
	1. Un plato de verduras 2. Proteína a elegir entre: 100g carne / 150g pescado / huevo 3. HC a elegir entre: 300g patata / 120g pan integral / 120g legumbres / 90g arroz / 90g pasta 4. 1 pieza de fruta				



Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
26		27		28		29		30	
BASAL	Hervido valenciano		Arroz milanesa		Potaje de garbanzos con espinacas		Crema de verduras de temporada		<div>Lazos de esperanza (Lacitos con carbonara de espinacas (1,3,6,7,10))</div> <div>Cartas de amistad (Merluza empanada (1,4))</div> <div>Ensalada variada</div> <div>Yogur con fideos de chocolate (5,6,7,8)</div> <div>Pan (1)</div>
	Ragout de pavo con verduras y guisantes (6) Ensalada variada Fruta de temporada		Palometa al horno en salsa Mery (2,4,13) Ensalada variada Fruta de temporada		Revuelto de calabacín (3) Ensalada variada Fruta de temporada		Jamoncitos de pollo al horno Verduras asadas Fruta de temporada		
	Pan (1)		Pan (1) integral		Pan (1)		Pan integral (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.								
Triturado	Triturado de hervido valenciano y ragout de pavo con verduras y guisantes Fruta de temporada triturada		Triturado de arroz, verduras y palometa al horno Fruta de temporada triturada		Triturado de potaje de garbanzos con verduras y huevo Fruta de temporada triturada		Triturado de crema de verduras de temporada y jamoncitos de pollo al horno Fruta de temporada triturada		Triturado de lacitos, verduras y merluza Yogur batido
Triturado PEG <i>Dieta triturada, consistencia puré. Colar / Tamizar</i>	Triturado de ragout de pavo con verduras y guisantes Fruta de temporada triturada		Triturado de arroz, verduras y palometa al horno Fruta de temporada triturada		Triturado de verduras y huevo Fruta de temporada triturada		Triturado de crema de verduras de temporada (sin patata) y jamoncitos de pollo al horno Fruta de temporada triturada		Triturado de arroz, verduras y merluza Fruta de temporada triturada
	Alimentos en pequeñas cantidades: arroz, queso, fruta, guisantes y comidas grasas. // ALIMENTOS A EVITAR: Patata, garbanzos, lentejas, frijoles, copos de avena, atún, yogur, zumo de tomate, zumo de melocotón, panceta, pasta.								
Triturado sin lactosa (SL)	Triturado de hervido valenciano y ragout de pavo con verduras y guisantes Fruta de temporada triturada		Triturado de arroz, verduras y palometa al horno Fruta de temporada triturada		Triturado de potaje de garbanzos con verduras y huevo Fruta de temporada triturada		Triturado de crema de verduras de temporada y jamoncitos de pollo al horno Fruta de temporada triturada		Triturado de lacitos, verduras y merluza Fruta de temporada triturada
Sin sal (cocinado sin sal)									2º Merluza al horno
Insuficiencia renal (cocinado sin sal / fruta pelada)	1º Hervido de judías verdes, zanahoria y cebolla 2º Ragout de pavo con verduras (sin guisantes)		1º Arroz milanesa (sin guisantes)						1º Lacitos carbonara (sin espinacas)
	Las legumbres serán ya cocidas de bote. Se lavarán concienzudamente antes del cocinado. // Más cantidad de alimento proteico que de guarnición de verduras permitidas. ALIMENTOS NO PERMITIDOS: Plátano, melón, uvas. Patata. Verduras de hoja verde (sí puede lechuga), calabaza, aguacate, tomate natural (sí bote) champiñones, maíz, guisantes, remolacha. Salsas. Refrescos. Productos integrales. Embutidos								
Hipocalórico (reducir HC)									1º Lacitos con tomate y espinacas 2º Merluza al horno Yogur natural
Hipocalórico sin sal (reducir HC)									1º Lacitos con tomate y espinacas 2º Merluza al horno Yogur natural
Baja en HC (reducir HC, sin pan)									2º Merluza al horno Yogur natural
Baja en HC, sin gluten (SG) (reducir HC, sin pan)									1º Lacitos con carbonara de espinacas 2º Merluza al horno Yogur natural



Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
26		27		28		29		30	
BASAL	Hervido valenciano		Arroz milanesa		Potaje de garbanzos con espinacas		Crema de verduras de temporada		<div>Lazos de esperanza (Lacitos con carbonara de espinacas (1,3,6,7,10))</div> <div>Cartas de amistad (Merluza empanada (1,4))</div> <div>Ensalada variada</div> <div>Yogur con fideos de chocolate (5,6,7,8)</div> <div>Pan (1)</div>
	Ragout de pavo con verduras y guisantes (6)		Palometa al horno en salsa Mery (2,4,13)		Revuelto de calabacín (3)		Jamoncitos de pollo al horno		
	Ensalada variada		Ensalada variada		Ensalada variada		Verduras asadas		
	Fruta de temporada		Fruta de temporada		Fruta de temporada		Fruta de temporada		
Pan (1)		Pan (1) integral		Pan (1)		Pan integral (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 gluten (SG) (pan SG)								1º Pasta SG con carbonara de espinacas 2º Merluza empanada SG	
Sin gluten (SG), lactosa (SL) (pan SG)								1º Pasta SG con tomate y espinacas SL 2º Merluza empanada SG/SL Fruta de temporada	
Sin lactosa (SL)								1º Lacitos con tomate y espinacas SL 2º Merluza empanada SL Fruta de temporada	
Sin legumbres (SS)	1º Hervido de patata, cebolla y zanahoria 2º Lomo con verduras	1º Arroz milanesa (sin guisantes)		1º Verduras al horno				1º Pasta SS con carbonara de espinacas 2º Merluza empanada SS Yogur	
Sin HC (sin pan)	1º Hervido de cebolla, zanahoria y judías verdes 2º Ragout de pavo con verduras (sin guisantes)	1º Pimientos asados		1º Verduras al horno		1º Crema de verduras (Sin patata)		1º Espinacas a la crema 2º Merluza al horno	
Sin HC (sí patata) (sin pan)	2º Ragout de pavo con verduras (sin guisantes)	1º Pimientos asados		1º Verduras al horno				1º Espinacas a la crema 2º Merluza al horno	
Sin cerdo		1º Arroz milanesa (sin carne)							
Sin carne	2º Ragout de soja texturizada con verduras y guisantes	1º Arroz milanesa (sin carne)				2º Tortilla de patata			
Sin azúcares, pescados grandes, arroz ni pasta. Limitar solanáceas		1º Pimientos asados						1º Espinacas a la crema Yogur natural	
	Limitar solanáceas: patata, tomate, berenjena y pimientos. No dar pescados grandes: salmón, atún, emperador...								
2000 kcal (sin pan)	1º Hervido valenciano (300g patata) 2º Ragout de pavo con verduras (100g pavo) Ensalada variada Fruta de temporada	1º Arroz milanesa (90g arroz) 2º Palometa al horno en salsa Mery (150g) Ensalada variada Fruta de temporada		1º Potaje de garbanzos con espinacas (120g legumbres) 2º Revuelto de calabacín Ensalada variada Fruta de temporada		1º Crema de verduras de temporada (300g patata) 2º Jamoncitos de pollo al horno (100g pollo) Verduras asadas Fruta de temporada		1º Lacitos con tomate y espinacas (90g pasta) 2º Merluza al horno (150g) Ensalada variada Fruta de temporada	
	1. Un plato de verduras 2. Proteína a elegir entre: 100g carne / 150g pescado / huevo 3. HC a elegir entre: 300g patata / 120g pan integral / 120g legumbres / 90g arroz / 90g pasta 4. 1 pieza de fruta								

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:
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:



ReCOMENDADOR DE CENAS



COMIDA

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

CENA

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

POSTRES

	
Lácteos	Fruta
	
Fruta	Lácteos

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

