

Lunes

2

Martes

3

Miércoles

4

Jueves

5

Viernes

6

BASAL

Pasta integral con tomate, queso y albahaca (1,3,6,7,10)
(Pasta integral, tomate, cebolla, queso i albahaca)

Bacalao al horno con pimentón (2,4,13)

Ensalada variada

Fruta de temporada

Pan (1)

Lentejas ECO a la jardinera (1)
(Lentejas con verduras de temporada)

Hamburguesa mixta al horno (6,12)

Ensalada variada

Fruta de temporada

Pan integral (1)

Paella de verduras
(Arroz, judía verde, calabacín y pimiento)

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

Ensalada variada

Fruta de temporada

Pan (1)

Alubias a la riojana (6)
(Alubias con chorizo y verduras)

Tortilla de atún (3,4)

Ensalada variada

Fruta de temporada

Pan integral (1)

Crema de calabacín
(Patata, calabacín, puerro y zanahoria)

Muslo de pollo al romero

Verduras con patatas asadas

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 de pasta integral con verduras y bacalao
Fruta triturada

Triturado de lentejas ECO a la jardinera con hamburguesa mixta
Fruta triturada

Triturado de paella de verduras y pescado fresco de lonja
Fruta triturada

Triturado de alubias con verduras y huevo
Fruta triturada

Triturado de crema de calabacín con muslo de pollo al romero
Yogur batido

Triturado de arroz, verduras y bacalao
Fruta triturada

Triturado de verduras y hamburguesa mixta
Fruta triturada

Triturado de paella de verduras y pescado fresco de lonja
Fruta triturada

Triturado de verduras y huevo
Fruta triturada

Triturado de crema de calabacín con muslo de pollo al romero (sin patata)
Fruta 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 de pasta integral con verduras y bacalao
Fruta triturada

Triturado de lentejas ECO a la jardinera con hamburguesa mixta SL
Fruta triturada

Triturado de paella de verduras y pescado fresco de lonja
Fruta triturada

Triturado de alubias con verduras y huevo
Fruta triturada

Triturado de crema de calabacín con muslo de pollo al romero
Fruta triturada

2º Merluza al horno con pimentón

2º Lomo a la plancha

2º Pescado fresco a la plancha

1º Alubias con verduras

1º Pasta blanca con tomate, queso y albahaca
2º Merluza al horno con pimentón

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

2º Lomo a la plancha

2º Pescado fresco a la plancha

1º Alubias con verduras

Yogur natural

2º Merluza al horno con pimentón

2º Lomo a la plancha

2º Pescado fresco a la plancha

1º Alubias con verduras

Yogur natural

2º Pescado fresco a la plancha

2º Pescado fresco a la plancha

1º Alubias con verduras

Yogur natural

1º Pasta SG con tomate, queso y albahaca

1º Garbanzos a la jardinera

2º Pescado fresco a la plancha

1º Alubias a la riojana SG

Yogur natural

2º Hamburguesa mixta al horno SG

2º Pescado fresco a la plancha

1º Alubias a la riojana SG

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

2

Pasta integral con tomate, queso y albahaca (1,3,6,7,10)
(Pasta integral, tomate, cebolla, queso i
albahaca)
Bacalao al horno con pimentón (2,4,13)
Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan (1)

Martes

3

Lentejas ECO a la jardinera (1)
(Lentejas con verduras de
temporada)
Hamburguesa mixta al horno (6,12)
Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan integral (1)

Miércoles

4

Paella de verduras
(Arroz, judía verde, calabacín y pimiento)
Pescado fresco de lonja (1,2,4,6,10,13)
Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan (1)

Jueves

5

Alubias a la riojana (6)
(Alubias con chorizo y verduras)
Tortilla de atún (3,4)
Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan integral (1)

Viernes

6

Crema de calabacín
(Patata, calabacín, puerro y zanahoria)
Muslo de pollo al romero
Verduras con patatas asadas
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 con tomate, queso y albahaca	1º Garbanzos a la jardinera 2º Hamburguesa mixta al horno SG	2º Pescado fresco a la plancha	1º Alubias a la riojana SG	
Sin gluten (SG), lactosa (SL) (pan SG)	1º Pasta SG con tomate y albahaca (sin queso)	1º Garbanzos a la jardinera 2º Hamburguesa mixta al horno SG/SL	2º Pescado fresco a la plancha	1º Alubias a la riojana SG/SL	Fruta de temporada
Sin lactosa (SL)	1º Pasta integral con tomate y albahaca (sin queso)	2º Hamburguesa mixta al horno SL	2º Pescado fresco a la plancha SL	1º Alubias a la riojana SL	Fruta de temporada
Sin legumbres (ss)	1º Pasta SS con tomate, queso y albahaca	1º Sopa con pasta SS 2º Lomo a la plancha	1º Paella de verduras (sin judías verdes) 2º Pescado fresco de lonja a la plancha	1º Hervido de patata, cebolla y zanahoria	
Sin HC (sin pan)	1º Calabacín gratinado	1º Sopa (sin pasta)	1º Verduras al horno 2º Pescado fresco de lonja a la plancha	1º Hervido de verduras	1º Crema de calabacín (sin patata)
Sin HC (sí patata) (sin pan)	1º Calabacín gratinado	1º Sopa (sin pasta)	1º Verduras al horno 2º Pescado fresco de lonja a la plancha	1º Hervido de patata, cebolla y zanahoria	
Sin cerdo		2º Revuelto de verduras		1º Alubias con verduras	
Sin carne		2º Revuelto de verduras		1º Alubias con verduras	2º Merluza al horno con verduras y patatas asadas
Sin azúcares, pescados grandes, arroz ni pasta. Limitar solanáceas	1º Calabacín gratinado		1º Verduras al horno		Yogur natural
<i>Limitar solanáceas: patata, tomate, berenjena y pimientos.</i>					
<i>No dar pescados grandes: salmón, atún, emperador...</i>					
2000 kcal (sin pan)	1º 90g pasta 2º 150g pescado	1º 120g legumbres 2º Lomo a la plancha (100g)	1º 90g arroz 2º Pescado fresco de lonja a la plancha (150g)	1º Alubias con verduras (120g legumbres) 2º Tortilla de atún (15g de atún)	1º 300g patata 2º 100g pollo 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:



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

9

Pasta a la carbonara
(1,3,6,7,10)
(Pasta, bacon, cebolla, nata y leche)

Ventresca de merluza al limón con guisantes (4)

Ensalada variada

Fruta de temporada

Pan (1)

Martes

10

Garbanzos con verduras al curry
(1, 10)
(Garbanzos, tomate, cebolla, calabacín y curry)

Tortilla de jamón dulce (3,6)

Ensalada variada

Fruta de temporada

Pan integral (1)

Miércoles

11

Guisado de patata y verdura de temporada
(Patata, judía verde, tomate, cebolla y zanahoria)

Ternera en salsa

Ensalada variada

Fruta de temporada

Pan (1)

Jueves

12

Ensalada completa con huevo (3) y queso (7)
(Lechuga, tomate, cebolla, zanahoria, aceitunas, huevo y queso)

Arroz del "senyoret"
(1,2,3,4,5,6,7,8,12,13)

Yogur (7) / Fruta de temporada

Pan integral (1)

Viernes

13

Crema de calabaza (5,8)
(Calabaza, patata, cebolla, puerro)

Tacos de pavo especiados (6) con patatas fritas

Ensalada variada

Naranja con canela

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, verdura y ventresca de merluza Fruta triturada	Triturado de garbanzos con verduras y huevo Fruta triturada	Triturado de guisado de patata y verdura de temporada con ternera en salsa Fruta triturada	Triturado de arroz del senyoret Yogur natural	Triturado de crema de calabaza con tacos de pavo especiados Fruta triturada
Triturado PEG <i>Dieta triturada, consistencia puré. Colar / Tamizar</i>	Triturado de verdura y ventresca de merluza Fruta triturada	Triturado de arroz, verduras y huevo Fruta triturada	Triturado de guisado de verdura de temporada con ternera en salsa Fruta triturada	Triturado de arroz del senyoret Fruta triturada	Triturado de crema de calabaza con tacos de pavo especiados (sin patata) Fruta 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, verdura y ventresca de merluza Fruta triturada	Triturado de garbanzos con verduras y huevo Fruta triturada	Triturado de guisado de patata y verdura de temporada con ternera en salsa Fruta triturada	Triturado de arroz de pescado SL Fruta triturada	Triturado de crema de calabaza con tacos de pavo especiados Fruta triturada
Sin sal (cocinado sin sal)	1º Pasta con tomate y champiñones	2º Tortilla francesa			
Insuficiencia renal (cocinado sin sal / fruta pelada)	2º Ventresca de merluza al limón (sin guisantes)	2º Tortilla francesa	1º Guisado de verduras de temporada		1º Crema de verduras (sin calabaza ni 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)	1º Pasta con tomate y champiñones	2º Tortilla francesa		Yogur natural	2º Tacos de pavo especiados con verduras
Hipocalórico sin sal (reducir HC)	1º Pasta con tomate y champiñones	2º Tortilla francesa		Yogur natural	2º Tacos de pavo especiados con verduras
Baja en HC (reducir HC, sin pan)				Yogur natural	2º Tacos de pavo especiados con verduras
Baja en HC, sin gluten (SG) (reducir HC, sin pan)	1º Pasta SG a la carbonara	1º Garbanzos con verduras (sin curry)		2º Arroz de pescado SG Yogur natural	2º Tacos de pavo especiados con verduras

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

9

- Pasta a la carbonara
(1,3,6,7,10)
(Pasta, bacon, cebolla, nata y leche)
- Ventresca de merluza al limón con guisantes (4)
- Ensalada variada
- Fruta de temporada
- Pan (1)

Martes

10

- Garbanzos con verduras al curry
(1, 10)
(Garbanzos, tomate, cebolla, calabacín y curry)
- Tortilla de jamón dulce (3,6)
- Ensalada variada
- Fruta de temporada
- Pan integral (1)

Miércoles

11

- Guisado de patata y verdura de temporada
(Patata, judía verde, tomate, cebolla y zanahoria)
- Ternera en salsa
- Ensalada variada
- Fruta de temporada
- Pan (1)

Jueves

12

- Ensalada completa con huevo (3) y queso (7)
(Lechuga, tomate, cebolla, zanahoria, aceitunas, huevo y queso)
- Arroz del "senyoret"
(1,2,3,4,5,6,7,8,12,13)
- Yogur (7)/ Fruta de temporada
- Pan integral (1)

Viernes

13

- Crema de calabaza (5,8)
(Calabaza, patata, cebolla, puerro)
- Tacos de pavo especiados (6) con patatas fritas
- Ensalada variada
- Naranja con canela
- 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 carbonara	1º Garbanzos con verduras (sin curry)		2º Arroz de pescado SG	2º Tacos de pavo especiados con patatas fritas SG
Sin gluten (SG), lactosa (SL) (pan SG)	1º Pasta SG con tomate y champiñones	1º Garbanzos con verduras (sin curry)		1º Ensalada completa con huevo 2º Arroz de pescado SG/SL Fruta de temporada	2º Tacos de pavo especiados con patatas fritas SG
Sin lactosa (SL)	1º Pasta con tomate y champiñones			1º Ensalada completa con huevo 2º Arroz de pescado SL Fruta de temporada	2º Tacos de pavo especiados con patatas fritas SL
Sin legumbres (ss)	1º Pasta SS con tomate y champiñones 2º Ventresca de merluza al limón (sin guisantes)	1º Arroz con verduras 2º Tortilla francesa	1º Guisado de patata y verdura de temporada (sin judías verdes)	2º Arroz de pescado SS	1º Tacos de magro especiados con patatas fritas
Sin HC (sin pan)	1º Calabacín a la carbonara 2º Ventresca de merluza al limón (sin guisantes)	1º Verduras al curry	1º Guisado de verdura de temporada	2º Pescado al horno con verduras	1º Crema de calabaza (sin patata) 2º Tacos de pavo especiados con verduras
Sin HC (sí patata) (sin pan)	1º Calabacín a la carbonara 2º Ventresca de merluza al limón (sin guisantes)	1º Verduras al curry		2º Pescado al horno con verduras	
Sin cerdo	1º Pasta con tomate y champiñones	2º Tortilla francesa			2º Nuggets de brócoli con patatas fritas
Sin carne	1º Pasta con tomate y champiñones	2º Tortilla francesa	2º Revuelto de verduras		2º Nuggets de brócoli con patatas fritas
Sin azúcares, pescados grandes, arroz ni pasta. Limitar solanáceas	1º Calabacín a la carbonara			2º Pescado al horno con verduras Fruta de temporada	
<i>Limitar solanáceas: patata, tomate, berenjena y pimientos.</i>					
<i>No dar pescados grandes: salmón, atún, emperador...</i>					
2000 kcal (sin pan)	1º Pasta con tomate y champiñones (90g pasta) 2º 150g pescado	1º 120g legumbres	1º 300g patata 2º 100g ternera	2º 90g arroz Fruta de temporada	1º 300g patata 2º Tacos de pavo especiados con verduras (100g carne)
	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:



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

16

Lentejas a la castellana (1,6)
(Lentejas, chorizo, panceta, tomate y cebolla)

Martes

17

Hervido valenciano
(Patata, judía verde y cebolla)

Miércoles

18

Arroz milanesa
(Arroz, magro, guisantes y pimiento rojo)

Jueves

19

Crema bretona (alubias ECO)
(Alubias, patata, cebolla, puerro y zanahoria)

Viernes

20

Sopa maravilla (1,3,6,10)
(Pollo, verduras y pasta)

BASAL

Tortilla de queso (3,7)
Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan (1)

Filete de magro en salsa de cebolla
Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan integral (1)

Merluza al horno en salsa verde (4)
Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan (1)

Tiras de pollo a la mostaza (10)
Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan integral (1)

Salmón al eneldo (4)
Verduritas salteadas
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 lentejas con verduras y huevo Fruta triturada	Triturado de hervido valenciano con filete de magro Fruta triturada	Triturado de arroz, verduras y merluza Fruta triturada	Triturado de crema bretona y tiras de pollo Fruta triturada	Triturado de pasta, salmón y verduras Yogur batido
Triturado PEG <i>Dieta triturada, consistencia puré. Colar / Tamizar</i>	Triturado de arroz con verduras y huevo Fruta triturada	Triturado de verduras con filete de magro Fruta triturada	Triturado de arroz, verduras y merluza Fruta triturada	Triturado de verduras y tiras de pollo Fruta triturada	Triturado de salmón y verduras Fruta triturada
<i>Alimentos en pequeñas cantidades: arroz, queso, fruta, guisantes y comidas grasas. //</i>					
Triturado sin lactosa (SL)	Triturado de lentejas con verduras y huevo Fruta triturada	Triturado de hervido valenciano con filete de magro Fruta triturada	Triturado de arroz, verduras y merluza Fruta triturada	Triturado de crema bretona y tiras de pollo Fruta triturada	Triturado de pasta, salmón y verduras Fruta triturada
<i>ALIMENTOS A EVITAR: Patata, garbanzos, lentejas, frijoles, copos de avena, atún, yogur, zumo de tomate, zumo de melocotón, panceta, pasta.</i>					
Sin sal (cocinado sin sal)	1º Lentejas con verduras				
Insuficiencia renal (cocinado sin sal / fruta pelada)	1º Lentejas con verduras	1º Hervido de verduras	1º Arroz milanesa (sin guisantes)	1º Crema de verduras (sin legumbres)	
<i>Las legumbres serán ya cocidas de bote. Se lavarán concienzudamente antes del cocinado. //</i>					
<i>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</i>					
Hipocalórico (reducir HC)	1º Lentejas con verduras				
Hipocalórico sin sal (reducir HC)	1º Lentejas con verduras				
Baja en HC (reducir HC, sin pan)					
Baja en HC, sin gluten (SG) (reducir HC, sin pan)	1º Garbanzos con verduras				1º Sopa con pasta SG

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

16

Lentejas a la castellana (1,6)
(Lentejas, chorizo, panceta, tomate y cebolla)

Tortilla de queso (3,7)

Ensalada variada

Fruta de temporada

Pan (1)

Martes

17

Hervido valenciano
(Patata, judía verde y cebolla)

Filete de magro en salsa de cebolla

Ensalada variada

Fruta de temporada

Pan integral (1)

Miércoles

18

Arroz milanesa
(Arroz, magro, guisantes y pimiento rojo)

Merluza al horno en salsa verde (4)

Ensalada variada

Fruta de temporada

Pan (1)

Jueves

19

Crema bretona (alubias ECO)
(Alubias, patata, cebolla, puerro y zanahoria)

Tiras de pollo a la mostaza (10)

Ensalada variada

Fruta de temporada

Pan integral (1)

Viernes

20

Sopa maravilla (1,3,6,10)
(Pollo, verduras y pasta)

Salmón al eneldo (4)

Verduritas salteadas

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 Garbanzos con verduras				1º Sopa con pasta SG
Sin gluten (SG), lactosa (SL) (pan SG)	1º Garbanzos con verduras 2º Tortilla francesa				1º Sopa con pasta SG Fruta de temporada
Sin lactosa (SL)	2º Tortilla francesa				Fruta de temporada
Sin legumbres (ss)	1º Arroz con tomate	1º Hervido de patata, cebolla y zanahoria	1º Arroz milanesa (sin guisantes)	1º Crema de verduras (sin legumbres)	1º Sopa con pasta SS
Sin HC (sin pan)	1º Judías verdes salteadas con tomate	1º Hervido de verduras	1º Verduras asadas	1º Crema de verduras (sin patata, sin legumbres)	1º Sopa (sin pasta)
Sin HC (sí patata) (sin pan)	1º Judías verdes salteadas con tomate		1º Verduras asadas	1º Crema de verduras (sin legumbres)	1º Sopa (sin pasta)
Sin cerdo	1º Lentejas con verduras	2º Hamburguesa de coliflor y queso en salsa de cebolla	1º Arroz milanesa (sin carne)		
Sin carne	1º Lentejas con verduras	2º Hamburguesa de coliflor y queso en salsa de cebolla	1º Arroz milanesa (sin carne)	2º Tortilla de patata	1º Sopa de verduras con pasta maravilla
Sin azúcares, pescados grandes, arroz ni pasta. Limitar solanáceas			1º Verduras asadas		1º Sopa (sin pata) 2º Yogur natural
<i>Limitar solanáceas: patata, tomate, berenjena y pimientos.</i>					
2000 kcal (sin pan)	1º Lentejas con verduras (120g legumbres)	1º 300g patata 2º 100g magro	1º 90g arroz 2º 150g merluza	1º 300g patata 2º 100g pollo	1º 90g pasta 2º 150g pescado
	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:



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

23

Estofado de patata, magro y verduras
(Patata, judía verde, zanahoria, magro)
Albóndigas de bacalao al horno (1,2,3,4,7,10,13)
Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan (1)

Martes

24

Arroz con tomate
(Arroz con sofrito de tomate)
Longanizas al horno (6,12)
Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan integral (1)

Miércoles

25

Pasta con boloñesa vegetal (1,3,5,6,7,8,10)
(Pasta, soja texturizada, tomate y cebolla)
Pescado fresco de lonja (1,2,4,6,10,13)
Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan (1)

Jueves

26

Crema de zanahoria
(Patata, zanahoria, puerro y cebolla)
Tortilla de patata (3,12)
Pisto de verduras
Fruta de temporada
Pan integral (1)

Viernes

27

Sopa de cocido con fideos y garbanzos (1,3,6,10)
(Pasta, garbanzos, carne y verduras)
Cocido completo
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 estofado de patata, magro y verduras Fruta triturada	Triturado de arroz, verduras y longanizas Fruta triturada	Triturado de pasta, verduras y pescado fresco de lonja Fruta triturada	Triturado de crema de zanahoria y huevo Fruta triturada	Triturado de cocido completo Yogur batido
Triturado PEG <i>Dieta triturada, consistencia puré. Colar / Tamizar</i>	Triturado de magro y verduras Fruta triturada	Triturado de arroz, verduras y longanizas Fruta triturada	Triturado de verduras y pescado fresco de lonja Fruta triturada	Triturado de crema de zanahoria y huevo (sin patata) Fruta triturada	Triturado de carne y verduras del cocido (sin patata, pasta ni garbanzos) Fruta de temporada
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 estofado de patata, magro y verduras Fruta triturada	Triturado de arroz, verduras y longanizas Fruta triturada	Triturado de pasta, verduras y pescado fresco de lonja Fruta triturada	Triturado de crema de zanahoria y huevo Fruta triturada	Triturado de cocido completo Fruta de temporada
Sin sal (cocinado sin sal)	2º Merluza al horno	2º Lomo a la plancha	2º Pescado fresco de lonja a la plancha	2º Tortilla francesa con pisto de verduras	
Insuficiencia renal (cocinado sin sal / fruta pelada)	1º Estofado de magro y verduras 2º Merluza al horno	2º Lomo a la plancha	1º Pasta con tomate y verduras	2º Tortilla francesa con pisto de verduras	2º Cocido completo (sin patata)
Las legumbres serán ya cocidas de bote. Se lavarán concienzudamente antes del cocinado. //					
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	2º Lomo a la plancha	2º Pescado fresco de lonja a la plancha	2º Tortilla francesa con pisto de verduras	Yogur natural
Hipocalórico sin sal (reducir HC)	2º Merluza al horno	2º Lomo a la plancha	2º Pescado fresco de lonja a la plancha	2º Tortilla francesa con pisto de verduras	Yogur natural
Baja en HC (reducir HC, sin pan)	2º Merluza al horno			2º Tortilla francesa con pisto de verduras	Yogur natural
Baja en HC, sin gluten (SG) (reducir HC, sin pan)	2º Merluza al horno	2º Longanizas al horno SG	1º Pasta SG con tomate y verduras 2º Pescado fresco de lonja a la plancha	2º Tortilla francesa con pisto de verduras	1º Sopa de cocido con pasta SG y garbanzos 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

23

BASAL

- Estofado de patata, magro y verduras
(Patata, judía verde, zanahoria, magro)
- Albóndigas de bacalao al horno (1,2,3,4,7,10,13)
- Ensalada variada
- Fruta de temporada
- Pan (1)

Martes

24

- Arroz con tomate
(Arroz con sofrito de tomate)
- Longanizas al horno (6,12)
- Ensalada variada
- Fruta de temporada
- Pan integral (1)

Miércoles

25

- Pasta con boloñesa vegetal (1,3,5,6,7,8,10)
(Pasta, soja texturizada, tomate y cebolla)
- Pescado fresco de lonja (1,2,4,6,10,13)
- Ensalada variada
- Fruta de temporada
- Pan (1)

Jueves

26

- Crema de zanahoria
(Patata, zanahoria, puerro y cebolla)
- Tortilla de patata (3,12)
- Pisto de verduras
- Fruta de temporada
- Pan integral (1)

Viernes

27

- Sopa de cocido con fideos y garbanzos (1,3,6,10)
(Pasta, garbanzos, carne y verduras)
- Cocido completo
- 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)	2º Merluza al horno	2º Longanizas al horno SG	1º Pasta SG con tomate y verduras 2º Pescado fresco de lonja a la plancha		1º Sopa de cocido con pasta SG y garbanzos
Sin gluten (SG), lactosa (SL) (pan SG)	2º Merluza al horno	2º Longanizas al horno SG/SL	1º Pasta SG con tomate y verduras SL 2º Pescado fresco de lonja a la plancha		1º Sopa de cocido con pasta SG y garbanzos Fruta de temporada
Sin lactosa (SL)	2º Merluza al horno	2º Longanizas al horno SL	1º Pasta con boloñesa vegetal SL 2º Pescado fresco de lonja SL		Fruta de temporada
Sin legumbres (ss)	1º Estado de patata, magro y verduras (sin judías verdes) 2º Merluza al horno	2º Lomo a la plancha	1º Pasta SS con tomate y verduras 2º Pescado fresco de lonja a la plancha		1º Sopa de cocido con pasta SS (sin garbanzos)
Sin HC (sin pan)	1º Estofado de magro y verduras 2º Merluza al horno	1º Verduras salteadas con tomate	1º Calabacín gratinado al horno 2º Pescado fresco de lonja a la plancha	1º Crema de zanahoria (sin patata) 2º Tortilla francesa con pisto de verduras	1º Sopa (sin fideos ni garbanzos) 2º Carne y verdura del cocido (sin patata)
Sin HC (sí patata) (sin pan)	2º Merluza al horno	1º Verduras salteadas con tomate	1º Calabacín gratinado al horno 2º Pescado fresco de lonja a la plancha		1º Sopa (sin fideos ni garbanzos) 2º Carne y verdura del cocido
Sin cerdo	1º Estofado de patata y verduras	2º Revuelto de champiñones			
Sin carne	1º Estofado de patata y verduras	2º Revuelto de champiñones			1º Sopa de verduras con fideos y garbanzos 2º Merluza al horno con verduras
Sin azúcares, pescados grandes, arroz ni pasta. Limitar solanáceas		1º Verduras salteadas con tomate	1º Calabacín gratinado al horno		1º Sopa de cocido con garbanzos (sin pasta) Yogur natural
<i>Limitar solanáceas: patata, tomate, berenjena y pimientos.</i>					
2000 kcal (sin pan)	1º 300g patata 2º Merluza al horno (120g)	1º 90g arroz 2º Lomo a la plancha (100g)	1º 90g pasta 2º Pescado fresco de lonja a la plancha (150g)	1º 300g patata 2º Tortilla francesa con pisto de verduras	1º 40g pasta, 40g legumbres 2º Carne y verduras del cocido (100g carne)
	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:



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:



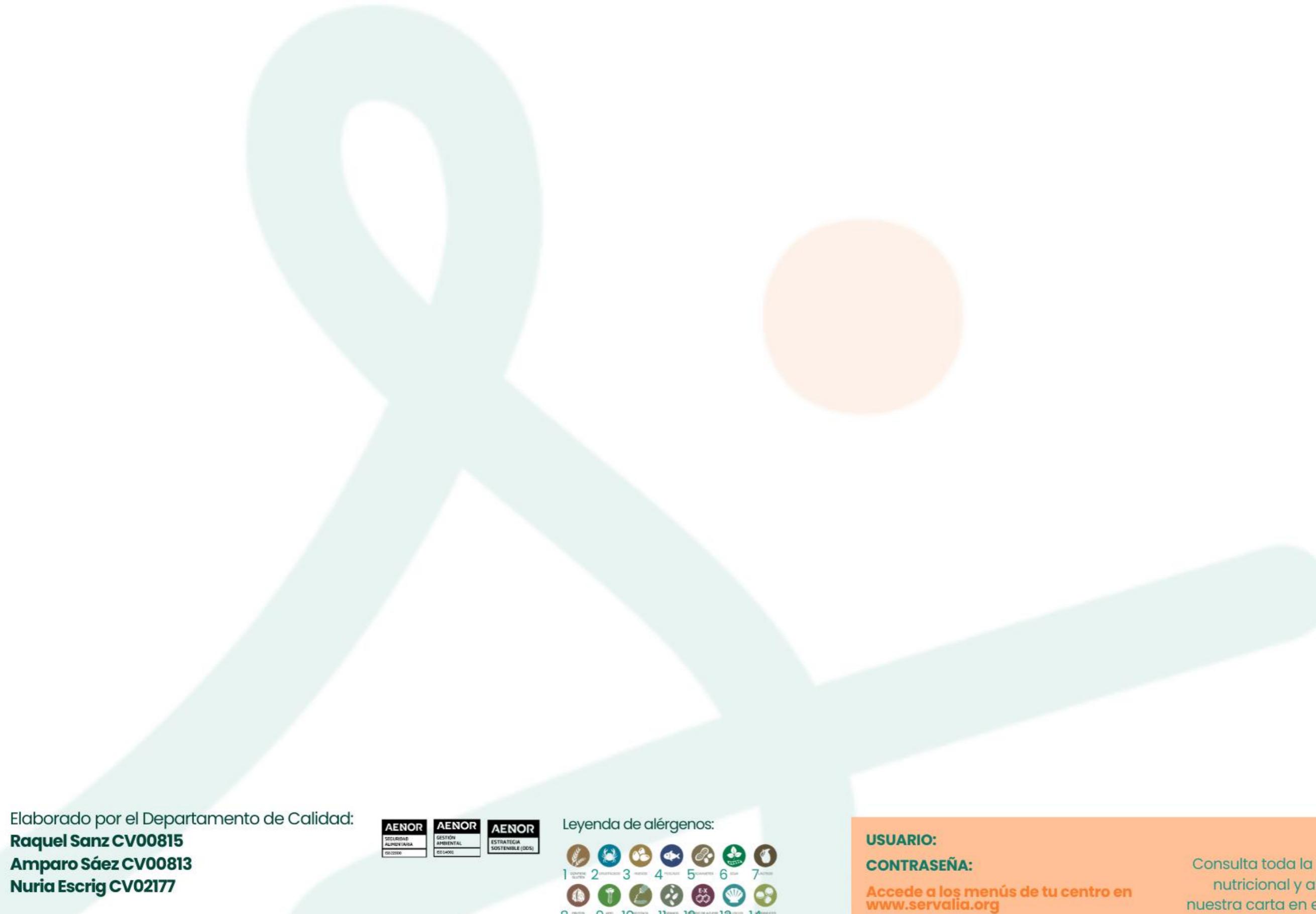
Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes



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