

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

2

3

4

5

6

BASAL

Lacitos con verduras y salsa de soja (1,3,6,10)
(Pasta, zanahoria, cebolla, calabacín, pimiento y salsa de soja)
Bacalao al horno (2,4,13)

Pisto de verduras
Fruta de temporada
Pan (1)

Ensalada murciana (3,4,12)
(Tomate, atún, cebolla, huevo y aceitunas negras)

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)

Alubias con calabaza y jamón (8,12)
(Alubias, patata, calabaza, cebolla, zanahoria y jamón)

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)

Pizza Servalia (1,2,3,4,5,6,7,8,10,12,13)

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 lacitos con verduras y bacalao al horno Fruta triturada	Triturado de ragout de pavo con guisantes y zanahoria Fruta triturada	Triturado de arroz, verduras y huevo Fruta triturada	Triturado de alubias con verduras y pechugas de pollo Fruta triturada	Triturado de guiso marinero Yogur batido
Triturado PEG <i>Dieta triturada, consistencia puré. Colar / Tamizar</i>	Triturado de verduras y bacalao al horno Fruta triturada	Triturado de ragout de pavo con guisantes y zanahoria Fruta triturada	Triturado de arroz, verduras y huevo Fruta triturada	Triturado de verduras y pechugas de pollo Fruta triturada	Triturado de arroz, verduras y pescado 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 lacitos con verduras y bacalao al horno Fruta triturada	Triturado de ragout de pavo con guisantes y zanahoria Fruta triturada	Triturado de arroz, verduras y huevo Fruta triturada	Triturado de alubias con verduras y pechugas de pollo Fruta triturada	Triturado de guiso marinero Fruta triturada
Sin sal (cocinado sin sal)	1º Lacitos con verdura (sin salsa de soja) 2º Merluza al horno		1º Arroz al horno (sin embutido)	1º Alubias con verduras	2º Panini de tomate, queso y jamón dulce
Insuficiencia renal (cocinado sin sal / fruta pelada)	1º Lacitos con verdura (sin salsa de soja) 2º Merluza al horno	1º Ensalada completa (sin tomate) 2º Ragout de pavo con verduras (sin guisantes)	1º Arroz al horno (sin embutido ni patata)	1º Alubias con verduras	1º Sopa de pescado 2º Panini de tomate, queso y jamón dulce
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 (si puede lechuga), calabaza, aguacate, tomate natural (si bote) champiñones, maíz, guisantes, remolacha. Salsas. Refrescos. Productos integrales. Embutidos					
Hipocalórico (reducir HC)			1º Arroz al horno (sin embutido)		2º Pescado al horno Yogur natural
Hipocalórico sin sal (reducir HC)	2º Merluza al horno		1º Arroz al horno (sin embutido)	1º Alubias con verduras	2º Pescado al horno Yogur natural
Baja en HC (reducir HC, sin pan)					2º Pescado al horno Yogur natural
Baja en HC, sin gluten (SG) (reducir HC, sin pan)	1º Pasta SG con verduras		1º Arroz al horno SG	2º Pechugas de pollo en salsa (sin curry)	1º Guiso marinero SG 2º Pescado al horno Yogur natural

Elaborado por el Departamento de Calidad:

Raquel Sanz CV00815
Amparo Sáez CV00813
Nuria Escrig CV02177



Legenda 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

2

3

4

5

6

BASAL

Lacitos con verduras y salsa de soja (1,3,6,10)
(Pasta, zanahoria, cebolla, calabacín, pimiento y salsa de soja)
Bacalao al horno (2,4,13)

Pisto de verduras
Fruta de temporada
Pan (1)

Ensalada murciana (3,4,12)
(Tomate, atún, cebolla, huevo y aceitunas negras)

Ragout de pavo con guisantes y zanahoria

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)

Alubias con calabaza y jamón (8,12)
(Alubias, patata, calabaza, cebolla, zanahoria y jamón)

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)

Pizza Servalia (1,2,3,4,5,6,7,8,10,12,13)

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 con verduras		1º Arroz al horno SG	2º Pechugas de pollo en salsa (sin curry)	1º Guiso marinero SG 2º Panini casero SG con tomate, queso y jamón dulce
Sin gluten (SG), lactosa (SL) (pan SG)	1º Pasta SG con verduras		1º Arroz al horno SG/SL	2º Pechugas de pollo en salsa (sin curry)	1º Guiso marinero SG/SL 2º Panini casero SG con tomate y jamón dulce Fruta de temporada
Sin lactosa (SL)			1º Arroz al horno SL	2º Pechugas de pollo en salsa (sin curry)	1º Guiso marinero SL 2º Panini casero SL con tomate y jamón dulce Fruta de temporada
Sin legumbres (SS)	1º Pasta SS con verduras	1º Ragout de pavo con verduras (sin guisantes)	1º Arroz al horno SS	1º Sopa de ave con pasta SS	1º Guiso marinero SS 2º Panini casero SS con tomate, queso y atún
Sin HC (sin pan)	1º Verduras salteadas con salsa de soja		1º Verduras al horno	1º Sopa de ave (sin pasta)	1º Sopa de pescado (Sin pasta) 2º Pescado al horno
Sin HC (sí patata) (sin pan)	1º Verduras salteadas con salsa de soja		1º Verduras al horno	1º Sopa de ave (sin pasta)	2º Pescado al horno
Sin cerdo			1º Arroz de verduras al horno	1º Alubias con verduras	2º Panini casero de tomate, queso y atún
Sin carne		2º Ragout de soja texturizada con verduras	1º Arroz de verduras al horno	1º Alubias con verduras 2º Revuelto de patata y verduras	2º Panini casero de tomate, queso y atún
Sin azúcares, pescados grandes, arroz ni pasta. Limitar solanáceas	1º Verduras salteadas con salsa de soja		1º Verduras al horno		Yogur natural
	Limitar solanáceas: patata, tomate, berenjena y pimientos.		No dar pescados grandes: salmón, atún, emperador...		
2000 kcal (sin pan)	1º 90g pasta 2º 150g pescado	Ensalada murciana 1º Hervido (300g patata) 2º 100g pavo	1º 90g arroz 2º Tortilla de calabacín	1º 120g alubias 2º 100g pollo	1º 300g patata 2º Pescado al horno (150g) 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



Legenda 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

9

10

11

12

13

BASAL

Lentejas ECO a la jardinera (1,12)
(Lentejas, cebolla, pimiento, calabacín, patata y zanahoria)
Revuelto de bacon (3,6)
Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan (1)

Sopa de letras (1,3,6,10)
(Pasta, verduras y pollo)

Ternera en salsa con verduras
Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan integral (1)

Macarrones integrales al queso (1,3,6,7,10)
(Pasta integral, tomate, cebolla y queso)

Pescado fresco de lonja (1,2,4,6,10,13)
Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan (1)

Crema de verduras y legumbres (12)
(Patata, zanahoria, puerro, cebolla y alubias)

Jamoncitos de pollo al horno
Verduras asadas
Fruta de temporada
Pan integral (1)

Paella valenciana
(Arroz, judía verde, garrofón y pollo)

Merluza en salsa Mery (4)
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 lentejas ECO a la jardinera con huevo Fruta triturada	Triturado de pasta y ternera en salsa con verduras Fruta triturada	Triturado de macarrones, verduras y pescado fresco de lonja Fruta triturada	Triturado de crema de verduras y legumbres y jamoncitos de pollo al horno Fruta triturada	Triturado de arroz, verduras y merluza Yogur batido
Triturado PEG <i>Dieta triturada, consistencia puré. Colar / Tamizar</i>	Triturado de arroz, verduras y huevo Fruta triturada	Triturado de ternera en salsa con verduras Fruta triturada	Triturado de verduras y pescado fresco de lonja Fruta triturada	Triturado de verduras jamoncitos de pollo al horno Fruta triturada	Triturado de arroz, verduras y merluza 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 lentejas ECO a la jardinera con huevo Fruta triturada	Triturado de pasta y ternera en salsa con verduras Fruta triturada	Triturado de macarrones, verduras y pescado fresco de lonja Fruta triturada	Triturado de crema de verduras y legumbres y jamoncitos de pollo al horno Fruta triturada	Triturado de arroz, verduras y merluza Fruta triturada
Sin sal (cocinado sin sal)	2º Huevos revueltos		2º Pescado fresco de lonja plancha		
Insuficiencia renal (cocinado sin sal / fruta pelada)	2º Huevos revueltos		1º Pasta blanca al queso 2º Pescado fresco de lonja 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 Huevos revueltos		2º Pescado fresco de lonja plancha		Yogur natural
Hipocalórico sin sal (reducir HC)	2º Huevos revueltos		2º Pescado fresco de lonja plancha		Yogur natural
Baja en HC (reducir HC, sin pan)			2º Pescado fresco de lonja plancha		Yogur natural
Baja en HC, sin gluten (SG) (reducir HC, sin pan)	1º Garbanzos con verduras	1º Sopa con pasta SG	1º Pasta SG al queso 2º Pescado fresco de lonja plancha		Yogur natural

Elaborado por el Departamento de Calidad:

Raquel Sanz CV00815
Amparo Sáez CV00813
Nuria Escrig CV02177



Legenda 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	Martes 10	Miércoles 11	Jueves 12	Viernes 13
BASAL	Lentejas ECO a la jardinera (1,12) <i>(Lentejas, cebolla, pimiento, calabacín, patata y zanahoria)</i> Revuelto de bacon (3,6) Ensalada variada Fruta de temporada Pan (1)	Sopa de letras (1,3,6,10) <i>(Pasta, verduras y pollo)</i> Ternera en salsa con verduras Ensalada variada Fruta de temporada Pan integral (1)	Macarrones integrales al queso (1,3,6,7,10) <i>(Pasta integral, tomate, cebolla y queso)</i> Pescado fresco de lonja(1,2,4,6,10,13) Ensalada variada Fruta de temporada Pan (1)	Crema de verduras y legumbres (12) <i>(Patata, zanahoria, puerro, cebolla y alubias)</i> Jamoncitos de pollo al horno Verduras asadas Fruta de temporada Pan integral (1)	Paella valenciana <i>(Arroz, judía verde, garrofón y pollo)</i> Merluza en salsa Mery (4) 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 Garbanzos con verduras	1º Sopa con pasta SG	1º Pasta SG al queso 2º Pescado fresco de lonja plancha		
Sin gluten (SG), lactosa (SL) (pan SG)	1º Garbanzos con verduras	1º Sopa con pasta SG	1º Pasta SG con tomate y verduras SL 2º Pescado fresco de lonja plancha		Fruta de temporada
Sin lactosa (SL)			1º Macarrones integrales con tomate y verduras SL 2º Pescado fresco de lonja SL		Fruta de temporada
Sin legumbres (SS)	1º Hervido de patata, cebolla y zanahoria 2º Huevos revueltos	1º Sopa con pasta SS	1º Pasta SS al queso 2º Pescado fresco plancha	1º Crema de verduras (Sin legumbres)	2º Paella de pollo y verduras (Sin garrofón ni judías verdes)
Sin HC (sin pan)	1º Hervido de cebolla y zanahoria	1º Sopa (sin pasta)	1º Verduras gratinadas 2º Pescado fresco de lonja a la plancha	1º Crema de verdura (sin patata ni legumbres)	1º Judías verdes salteadas con jamón
Sin HC (sí patata) (sin pan)	1º Hervido de patata, cebolla y zanahoria	1º Sopa (sin pasta)	1º Verduras gratinadas 2º Pescado fresco de lonja a la plancha	1º Crema de verdura (sin legumbres)	1º Judías verdes salteadas con jamón
Sin cerdo	2º Huevos revueltos				
Sin carne		1º Sopa de verduras con pata de letras 2º Pescado en salsa con verduras		2º Tortilla de patata	1º Paella de verduras
Sin azúcares, pescados grandes, arroz ni pasta. Limitar solanáceas		1º Sopa (sin pasta)	1º Verduras gratinadas		1º Judías verdes salteadas con jamón
	Limitar solanáceas: patata, tomate, berenjena y pimientos.		No dar pescados grandes: salmón, atún, emperador...		
2000 kcal (sin pan)	1º 120g lentejas 2º Huevos revueltos	1º 90g pasta 2º 100g ternera	1º 90g pasta 2º 150g pescado fresco de lonja a la plancha	1º 300g patata/alubias 2º 100g pollo	1º 90g arroz 2º 150g merluza 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



Legenda 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

16

17

18

19

20

BASAL

Espaguetis a la boloñesa (1,3,6,10)
(Pasta, tomate, zanahoria, cebolla y carne picada)
Palometa a la portuguesa (2,4,1,3)
Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan (1)

Potaje de garbanzos (12)
(Garbanzos, patata, espinacas y cebolla)
Tortilla de champiñones (3,12)
Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan integral (1)

Hervido valenciano (12)
(Patata, zanahoria, cebolla y judía verde)
Fajitas de pollo con verduras (1,6,10)
Ensalada valenciana
Fruta de temporada
Pan

FESTIVO

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 espaguetis, verduras y palometa Fruta triturada	Triturado de potaje de garbanzos con huevo Fruta triturada	Triturado de hervido valenciano y pollo Fruta triturada	
Triturado PEG <i>Dieta triturada, consistencia puré. Colar / Tamizar</i>	Triturado de verduras y palometa Fruta triturada	Triturado de arroz, verduras y huevo Fruta triturada	Triturado de verduras y pollo 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 espaguetis, verduras y palometa Fruta triturada	Triturado de potaje de garbanzos con huevo Fruta triturada	Triturado de hervido valenciano y pollo Fruta triturada	
Sin sal (cocinado sin sal)				
Insuficiencia renal (cocinado sin sal / fruta pelada)		1º Potaje de garbanzos (sin espinacas) 2º Tortilla francesa	1º Hervido valenciano (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 Pollo salteado con verduras	
Hipocalórico sin sal (reducir HC)			2º Pollo salteado con verduras	
Baja en HC (reducir HC, sin pan)			2º Pollo salteado con verduras	
Baja en HC, sin gluten (SG) (reducir HC, sin pan)	1º Pasta SG boloñesa		2º Pollo salteado con verduras	

Elaborado por el Departamento de Calidad:

Raquel Sanz CV00815
Amparo Sáez CV00813
Nuria Escrig CV02177



Legenda 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

16

17

18

19

20

BASAL

Espaguetis a la boloñesa (1,3,6,10)
(Pasta, tomate, zanahoria, cebolla y carne picada)
Palometa a la portuguesa (2,4,1,3)
Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan (1)

Potaje de garbanzos (12)
(Garbanzos, patata, espinacas y cebolla)
Tortilla de champiñones (3,12)
Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan integral (1)

Hervido valenciano (12)
(Patata, zanahoria, cebolla y judía verde)
Fajitas de pollo con verduras (1,6,10)
Ensalada valenciana
Fruta de temporada
Pan

FESTIVO

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 boloñesa		2º Pollo salteado con verduras
Sin gluten (SG), lactosa (SL) (pan SG)	1º Pasta SG boloñesa SL		2º Pollo salteado con verduras
Sin lactosa (SL)	1º Espaguetis a la boloñesa SL		
Sin legumbres (SS)	1º Pasta SS boloñesa	1º Arroz con tomate	1º Hervido (sin judías verdes) 2º Pollo salteado con verduras
Sin HC (sin pan)	1º Verduras a la boloñesa	1º Crema de verduras	1º Hervido (sin patata) 2º Pollo salteado con verduras
Sin HC (sí patata) (sin pan)	1º Verduras a la boloñesa	1º Crema de verduras	2º Pollo salteado con verduras
Sin cerdo	1º Espaguetis con verduras		
Sin carne	1º Espaguetis con verduras		2º Fajitas de atún con verduras
Sin azúcares, pescados grandes, arroz ni pasta. Limitar solanáceas	1º Verduras a la boloñesa		
	Limitar solanáceas: patata, tomate, berenjena y pimientos.		No dar pescados grandes: salmón, atún, emperador...
2000 kcal (sin pan)	1º 90g pasta 2º 150g palometa	1º 120g garbanzos	1º 300g patata 2º 100g pollo
	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



Legenda 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

23

24

25

26

27

BASAL

Lentejas con verduras y chorizo (1,6,12)
(Lentejas, patata, zanahoria, cebolla y chorizo)
Tortilla de patata (3,12)
Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan (1)

Arroz meloso de pollo y verduras (Arroz, tomate, judía verde, alcachofa y pollo)
Merluza en salsa verde (4)
Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan integral (1)

Crema de coliflor (12) (Patata, cebolla, 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)

Ensalada de pasta (1,3,4,6,7,10) (Pasta, atún, queso, maíz, tomate, aceitunas)
Palomitas de pollo (1,6,10,12)
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 arroz, verduras y merluza Fruta triturada	Triturado de crema de coliflor y lomo de cinta en salsa Fruta triturada	Triturado de pasta, verduras y salmón al horno Fruta triturada	Triturado de pasta, verduras y pollo Yogur batido
Triturado PEG <i>Dieta triturada, consistencia puré. Colar / Tamizar</i>	Triturado de verduras y huevo Fruta triturada	Triturado de arroz, verduras y merluza Fruta triturada	Triturado de crema de coliflor y lomo de cinta en salsa Fruta triturada	Triturado de verduras y salmón al horno Fruta triturada	Triturado de verduras y pollo 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 lentejas con verduras y huevo Fruta triturada	Triturado de arroz, verduras y merluza Fruta triturada	Triturado de crema de coliflor y lomo de cinta en salsa Fruta triturada	Triturado de pasta, verduras y salmón al horno Fruta triturada	Triturado de pasta, verduras y pollo Fruta triturada
Sin sal (cocinado sin sal)	1º Lentejas con verduras				2º Pollo a la plancha
Insuficiencia renal (cocinado sin sal / fruta pelada)	1º Lentejas con verduras		1º Crema de coliflor (sin patata)	No champiñones	2º Pollo a la plancha
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 Lentejas con verduras 2º Tortilla francesa				2º Pollo a la plancha Yogur natural
Hipocalórico sin sal (reducir HC)	1º Lentejas con verduras 2º Tortilla francesa				2º Pollo a la plancha Yogur natural
Baja en HC (reducir HC, sin pan)	2º Tortilla francesa				2º Pollo a la plancha Yogur natural
Baja en HC, sin gluten (SG) (reducir HC, sin pan)	1º Garbanzos con verduras 2º Tortilla francesa			1º Sopa con pasta SG	1º Ensalada de pasta SG 2º Pollo a la plancha Yogur natural

Elaborado por el Departamento de Calidad:

Raquel Sanz CV00815
Amparo Sáez CV00813
Nuria Escrig CV02177



Legenda 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

23

24

25

26

27

BASAL

Lentejas con verduras y chorizo (1,6,12)
(Lentejas, patata, zanahoria, cebolla y chorizo)
Tortilla de patata (3,12)
Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan (1)

Arroz meloso de pollo y verduras (Arroz, tomate, judía verde, alcachofa y pollo)
Merluza en salsa verde (4)
Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan integral (1)

Crema de coliflor (12) (Patata, cebolla, 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)

Ensalada de pasta (1,3,4,6,7,10) (Pasta, atún, queso, maíz, tomate, aceitunas)
Palomitas de pollo (1,6,10,12)
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	1º Ensalada de pasta SG 2º Pollo empanado SG
Sin gluten (SG), lactosa (SL) (pan SG)	1º Garbanzos con verduras			1º Sopa con pasta SG	1º Ensalada de pasta SG/SL 2º Pollo empanado SG Fruta de temporada
Sin lactosa (SL)					1º Ensalada de pasta SL 2º Pollo empanado SL Fruta de temporada
Sin legumbres (SS)	1º Guisado de patata y verdura SS	2º Arroz meloso de pollo y verduras (sin judías verdes)		1º Sopa con pasta SS	1º Ensalada de pasta SS 2º Pollo empanado SS
Sin HC (sin pan)	1º Guisado de verduras 2º Tortilla francesa	1º Verduras salteadas con pollo	1º Crema de coliflor (sin patata)	1º Sopa sin pasta	1º Ensalada completa 2º Pollo a la plancha
Sin HC (sí patata) (sin pan)	1º Guisado de patata y verdura	1º Verduras salteadas con pollo		1º Sopa sin pasta	1º Ensalada completa 2º Pollo a la plancha
Sin cerdo	1º Lentejas con verduras		2º Pescado en salsa de verduras		
Sin carne	1º Lentejas con verduras	1º Arroz meloso de verduras	2º Pescado en salsa de verduras	1º Sopa de verduras con pasta maravilla	2º Nuggets de brócoli
Sin azúcares, pescados grandes, arroz ni pasta. Limitar solanáceas		1º Verduras salteadas con pollo		1º Sopa (sin pasta) 2º Rape al horno	1º Ensalada completa
	Limitar solanáceas: patata, tomate, berenjena y pimientos.		No dar pescados grandes: salmón, atún, emperador...		
2000 kcal (sin pan)	1º 120g lentejas	1º 90g arroz 2º 150g merluza	1º 300g patata 2º 100g lomo	1º 90g pasta 2º 150g salmon	1º 90g pasta 2º Pollo a la plancha (100g) Fruta de temporada
	1. Un plato de verduras		3. HC a elegir entre: 300g patata / 120g pan integral / 120g legumbres / 90g arroz / 90g pasta		
	2. Proteína a elegir entre: 100g carne / 150g pescado / huevo		4. 1 pieza de fruta		

Elaborado por el Departamento de Calidad:

Raquel Sanz CV00815
Amparo Sáez CV00813
Nuria Escrig CV02177



Legenda 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

30

31

BASAL

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
Pan (1)

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
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 estofado de patata y verduras con ventresca de merluza Fruta triturada	Triturado de cocido completo Fruta triturada	
Triturado PEG <i>Dieta triturada, consistencia puré. Colar / Tamizar</i>	Triturado de verduras con ventresca de merluza Fruta triturada	Triturado de verduras y carne del cocido 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 estofado de patata y verduras con ventresca de merluza Fruta triturada	Triturado de cocido completo Fruta triturada	
Sin sal (cocinado sin sal)			
Insuficiencia renal (cocinado sin sal / fruta pelada)	1º Estofado de verduras y magro 2º Ventresca de merluza al limón (sin guisantes)		
	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)			
Hipocalórico sin sal (reducir HC)			
Baja en HC (reducir HC, sin pan)			
Baja en HC, sin gluten (SG) (reducir HC, sin pan)		2º Sopa de cocido con garbanzos y pasta SG 2º Cocido completo SG	

Elaborado por el Departamento de Calidad:

Raquel Sanz CV00815
Amparo Sáez CV00813
Nuria Escrig CV02177



Legenda 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

30

31

BASAL

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
Pan (1)

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
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)		2º Sopa de cocido con garbanzos y pasta SG 2º Cocido completo SG		
Sin gluten (SG), lactosa (SL) (pan SG)		2º Sopa de cocido con garbanzos y pasta SG 2º Cocido completo SG		
Sin lactosa (SL)				
Sin legumbres (SS)	1º Estofado de patata, magro y verduras (sin judías verdes) 2º Ventresca de merluza al limón (sin guisantes)	1º Sopa de cocido con pasta SS (sin garbanzos) 2º Cocido completo SS		
Sin HC (sin pan)	1º Estofado de verduras y magro 2º Ventresca de merluza al limón (sin guisantes)	1º Sopa de cocido (sin pasta ni garbanzos) 2º Carne y verdura del cocido		
Sin HC (sí patata) (sin pan)	2º Ventresca de merluza al limón (sin guisantes)	1º Sopa de cocido (sin pasta ni garbanzos) 2º Carne, patata y verdura del cocido		
Sin cerdo	1º Estofado de patata y verduras	1º Sopa de cocido con garbanzos y fideos ECO (sin carne de cerdo) 2º Cocido completo (sin carne de cerdo)		
Sin carne	1º Estofado de patata y verduras	1º Sopa de verduras con garbanzos y fideos ECO 2º Revuelto de patata y calabacín		
Sin azúcares, pescados grandes, arroz ni pasta. Limitar solanáceas		1º Sopa de cocido con garbanzos (sin pasta)		
		Limitar solanáceas: patata, tomate, berenjena y pimientos.		No dar pescados grandes: salmón, atún, emperador...
2000 kcal (sin pan)	1º 300g patata 2º 150g merluza	1º 90g pasta/garbanzos 2º 100g carne (sin patata)		
	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



Legenda 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:



RECOMENDADOR DE CENAS



COMIDA

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

CENA

Legumbres	Verduras	Pasta/Arroz	Verduras	Verduras	Pasta/Arroz	Verduras	Legumbres
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:

