

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1

2

3

BASAL

Arroz de verduras
(Arroz, calabacín, pimiento, judías verdes)
Pescado fresco de lonja (1,2,4,6,10,13)
Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan (1)

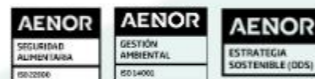
PASCUA

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 de verduras y pescado fresco de lonja Fruta triturada
Triturado PEG <i>Dieta triturada, consistencia puré. Colar / Tamizar</i>			Triturado de arroz de verduras y pescado fresco de lonja 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 arroz de verduras y pescado fresco de lonja Fruta triturada
Sin sal (cocinado sin sal)			
Insuficiencia renal (cocinado sin sal / fruta pelada)	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 Pescado fresco de lonja a la plancha
Hipocalórico sin sal (reducir HC)			2º Pescado fresco de lonja a la plancha
Baja en HC (reducir HC, sin pan)			2º Pescado fresco de lonja a la plancha
Baja en HC, sin gluten (SG) (reducir HC, sin pan)			2º Pescado fresco de lonja a la plancha
Baja en HC, sin cerdo (reducir HC, sin pan)			2º Pescado fresco de lonja a la plancha

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

BASAL

Arroz de verduras
(Arroz, calabacín, pimiento, judías verdes)
Pescado fresco de lonja (1,2,4,6,10,13)
Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan (1)

PASCUA

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 Pescado fresco de lonja a la plancha	
Sin gluten (SG), lactosa (SL) (pan SG)			2º Pescado fresco de lonja a la plancha	
Sin lactosa (SL)				
Sin legumbres (SS)			1º Arroz de verduras (sin judías verdes) 2º Pescado fresco de lonja a la plancha	
Sin HC (sin pan)			1º Verduras salteadas 2º Pescado fresco de lonja a la plancha	
Sin cerdo				
Sin carne				
Sin azúcares, pescados grandes, arroz ni pasta.			1º Verduras salteadas	
	Limitar solanáceas: patata, tomate, berenjena y pimientos.		No dar pescados grandes: salmón, atún, emperador...	
2000 kcal (sin pan)			1º 90g arroz 2º Pescado fresco de lonja a la plancha (150g)	
	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	
2000 kcal sin azúcares de absorción rápida			2º Pescado fresco de lonja a la plancha	
	Evitar: azúcar, pasta y pan blanco, harinas refinadas, frutas muy maduras.		Reducir las cantidades de arroz, pan integral y pasta integral.	

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

6

7

8

9

10

BASAL

PASCUA

Lentejas con verduras (1,12)
(Lentejas, patata, cebolla, zanahoria)

Tortilla de calabacín (3)

Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan integral (1)

Crema de verduras de temporada (12)
(Patata y verduras de temporada)

Magro con salsa de cebolla

Guisantes salteados
Fruta de temporada
Pan (1)

Ensalada completa con queso y atún (4,7)

Paella valenciana
(Arroz, garrofón, pollo y judías verdes)

Fruta de temporada
Pan integral (1)

Conchitas con tomate, queso y albahaca (1,3,6,10)
(Pasta, cebolla, tomate, queso y albahaca)

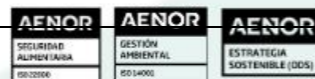
Salmón al eneldo (2,4,13)

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 lentejas con verduras y huevo Fruta triturada	Triturado de crema de verduras de temporada con magro en salsa de cebolla Fruta triturada	Triturado de paella valenciana Fruta triturada	Triturado de conchitas con verduras y salmón al eneldo Yogur batido
Triturado PEG <i>Dieta triturada, consistencia puré. Colar / Tamizar</i>	Triturado de verduras y huevo Fruta triturada	Triturado de crema de verduras de temporada con magro en salsa de cebolla Fruta triturada	Triturado de paella valenciana Fruta triturada	Triturado de verduras y salmón al eneldo 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 crema de verduras de temporada con magro en salsa de cebolla Fruta triturada	Triturado de paella valenciana Fruta triturada	Triturado de conchitas con verduras y salmón al eneldo Fruta triturada
Sin sal (cocinado sin sal)				
Insuficiencia renal (cocinado sin sal / fruta pelada)	1º Lentejas con verduras (sin patata)	1º Crema de verduras de temporada (sin patata) NO 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)				Yogur natural
Hipocalórico sin sal (reducir HC)				Yogur natural
Baja en HC (reducir HC, sin pan)				Yogur natural
Baja en HC, sin gluten (SG) (reducir HC, sin pan)	1º Alubias con verduras			1º Pasta SG con tomate, queso y albahaca Yogur natural
Baja en HC, sin cerdo (reducir HC, sin pan)		2º Merluza con salsa de cebolla		Yogur natural

por el Departamento de Calidad:



Leyenda de alérgenos:



Raquel Sanz CV00815
Amparo Sáez CV00813
Nuria Escrig CV02177

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

6

7

8

9

10

BASAL

PASCUA

Lentejas con verduras (1,12)
(Lentejas, patata, cebolla, zanahoria)

Tortilla de calabacín (3)

Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan integral (1)

Crema de verduras de temporada (12)
(Patata y verduras de temporada)

Magro con salsa de cebolla

Guisantes salteados
Fruta de temporada
Pan (1)

Ensalada completa con queso y atún (4,7)

Paella valenciana
(Arroz, garrofón, pollo y judías verdes)

Fruta de temporada
Pan integral (1)

Conchitas con tomate, queso y albahaca (1,3,6,10)
(Pasta, cebolla, tomate, queso y albahaca)

Salmón al eneldo (2,4,13)

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 Alubias con verduras			1º Pasta SG con tomate, queso y albahaca
Sin gluten (SG), lactosa (SL) (pan SG)	1º Alubias con verduras		1º Ensalada completa con atún	1º Pasta SG con tomate y albahaca SL Fruta triturada
Sin lactosa (SL)			1º Ensalada completa con atún	1º Pasta SG con tomate y albahaca SL Fruta triturada
Sin legumbres (SS)	1º Patatas guisadas con verduras	NO guisantes	2º Paella de pollo y verduras (sin judías verdes)	1º Pasta SS con tomate, queso y albahaca
Sin HC (sin pan)	1º Guisado de verduras	1º Crema de verduras de temporada (sin patata) NO guisantes	1º Judías verdes salteadas con tomate 2º Pollo a la plancha Ensalada	1º Verduras gratinadas con tomate y albahaca
Sin cerdo		2º Merluza con salsa de cebolla		
Sin carne		2º Merluza con salsa de cebolla	2º Paella de verduras	
Sin azúcares, pescados grandes, arroz ni pasta.			1º Judías verdes salteadas con tomate 2º Pollo a la plancha Ensalada	1º Verduras gratinadas con tomate y albahaca 2º Merluza al eneldo Yogur natural
	Limitar solanáceas: patata, tomate, berenjena y pimientos.		No dar pescados grandes: salmón, atún, emperador...	
2000 kcal (sin pan)	1º 120g lentejas	1º 300g patata	2º 90g arroz + 100g pollo	1º 90g pasta 2º 150g pescado 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	
2000 kcal sin azúcares de absorción rápida				1º Pasta integral con tomate, queso y albahaca Yogur natural
	Evitar: azúcar, pasta y pan blanco, harinas refinadas, frutas muy maduras.		Reducir las cantidades de arroz, pan integral y pasta integral.	

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

13

14

15

16

17

BASAL

PASCUA

Pasta integral a la boloñesa (1,3,6,7,10)

(Pasta, cebolla, zanahoria, tomate y carne picada)

Figuritas de merluza (1,2,3,4,6,7,12,13)

Ensalada variada

Fruta de temporada

Pan (1)

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 (1)

Crema de calabacín (12)
(Patata, calabacín, puerro y cebolla)

Estofado de pavo con verduras (12)

Ensalada variada

Fruta de temporada

Pan integral (1)

Arroz del "senyoret" (1,2,3,4,6,7,12,13)
(Arroz, pescado y frutos del mar)

Entremeses variados (6,7)

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 merluza Fruta triturada	Triturado de garbanzos con verduras y huevo Fruta triturada	Triturado de crema de calabacín con estofado de pavo Fruta triturada	Triturado de arroz del senyoret Yogur batido
Triturado PEG <i>Dieta triturada, consistencia puré. Colar / Tamizar</i>		Triturado de verduras y merluza Fruta triturada	Triturado de arroz con verduras y huevo Fruta triturada	Triturado de crema de calabacín con estofado de pavo (sin patata) Fruta triturada	Triturado de arroz del senyoret 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, verduras y merluza Fruta triturada	Triturado de garbanzos con verduras y huevo Fruta triturada	Triturado de crema de calabacín con estofado de pavo Fruta triturada	Triturado de arroz del senyoret Fruta triturada
Sin sal (cocinado sin sal)		2º Merluza al horno			2º Rollito de pavo y queso
Insuficiencia renal (cocinado sin sal / fruta pelada)		1º Pasta blanca a la boloñesa		1º Crema de calabacín (sin patata)	2º Rollito de pavo y queso
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	2º Tortilla francesa		2º Rollito de pavo y queso Yogur natural
Hipocalórico sin sal (reducir HC)		2º Merluza al horno	2º Tortilla francesa		2º Rollito de pavo y queso Yogur natural
Baja en HC (reducir HC, sin pan)		2º Merluza al horno	2º Tortilla francesa		2º Rollito de pavo y queso Yogur natural
Baja en HC, sin gluten (SG) (reducir HC, sin pan)		1º Pasta SG boloñesa 2º Merluza al horno	1º Garbanzos con verduras (sin curry) 2º Tortilla francesa		1º Arroz del senyoret SG 2º Rollito de pavo y queso Yogur natural
Baja en HC, sin cerdo (reducir HC, sin pan)		1º Pasta integral con tomate y verduras 2º Merluza al horno	2º Tortilla francesa		2º Rollito de pavo y queso 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

13

14

15

16

17

BASAL

PASCUA

Pasta integral a la boloñesa (1,3,6,7,10)

(Pasta, cebolla, zanahoria, tomate y carne picada)

Figuritas de merluza (1,2,3,4,6,7,12,13)

Ensalada variada

Fruta de temporada

Pan (1)

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 (1)

Crema de calabacín (12)
(Patata, calabacín, puerro y cebolla)

Estofado de pavo con verduras (12)

Ensalada variada

Fruta de temporada

Pan integral (1)

Arroz del "senyoret" (1,2,3,4,6,7,12,13)
(Arroz, pescado y frutos del mar)

Entremeses variados (6,7)

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 boloñesa 2º Merluza empanada SG	1º Garbanzos con verduras (sin curry)		1º Arroz del senyoret SG
Sin gluten (SG), lactosa (SL) (pan SG)	1º Pasta SG boloñesa SL 2º Merluza empanada SG	1º Garbanzos con verduras (sin curry)		1º Arroz del senyoret SG/SL 2º Rollito de jamón dulce Fruta de temporada
Sin lactosa (SL)	1º Pasta integral boloñesa SL 2º Merluza empanada SL			1º Arroz del senyoret SL 2º Rollito de jamón dulce Fruta de temporada
Sin legumbres (SS)	1º Pasta SS boloñesa 2º Merluza empanada SS	1º Verduras al curry 2º Tortilla francesa		1º Arroz del senyoret SS 2º Rollito de queso
Sin HC (sin pan)	1º Calabacín a la boloñesa 2º Merluza al horno	1º Verduras al curry	1º Crema de calabacín (sin patata)	1º Verduras asadas 2º Salmón al horno
Sin cerdo	1º Pasta integral con tomate y verduras	2º Tortilla francesa		2º Rollito de pavo y queso
Sin carne	1º Pasta integral con tomate y verduras	2º Tortilla francesa	2º Pescado con verduras	2º Rollito de queso
Sin azúcares, pescados grandes, arroz ni pasta.	1º Calabacín a la boloñesa			1º Verduras asadas 2º Salmón 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 Merluza al horno (150g)	1º 120g legumbres 2º Tortilla francesa	1º 300g patata 2º 100g carne	1º 90g arroz 2º Salmón al horno
	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	
2000 kcal sin azúcares de absorción rápida	2º Merluza al horno			2º rollito de pavo y queso
	Evitar: azúcar, pasta y pan blanco, harinas refinadas, frutas muy maduras.		Reducir las cantidades de arroz, pan integral y pasta integral.	

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

20

21

22

23

24

BASAL

Lentejas ECO con verduras y calabaza (1,8,12)
(Lentejas, calabacín, cebolla, zanahoria, calabaza)

Tortilla de queso (3,7)

Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan (1)

Crema bretona (alubias ECO) (12)
(Alubias, patata, cebolla, puerro y zanahoria)

Ternera en salsa (12)

Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan integral (1)

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

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

Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan (1)

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

Pollo al horno

Verduras asadas
Fruta de temporada
Pan integral (1)

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

Merluza horneada al toque de pimentón (4)

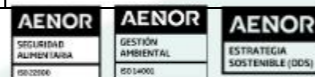
Ensalada variada
Yogur (7) / Fruta de temporada
Pan (1)

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 con verduras y calabaza y huevo Fruta triturada	Triturado de crema bretona y ternera en salsa Fruta triturada	Triturado de espirales con verduras y pescado fresco de lonja Fruta triturada	Triturado de sopa maravilla y pollo al horno con verduras 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 verduras y ternera en salsa Fruta triturada	Triturado de verduras y pescado fresco de lonja Fruta triturada	Triturado de pollo al horno con verduras Fruta triturada	Triturado de arroz, verduras y merluza Fruta triturada
Alimentos en pequeñas cantidades: arroz, queso, fruta, guisantes y comidas grasas. de melocotón, panceta, pasta. // ALIMENTOS A EVITAR: Patata, garbanzos, lentejas, frijoles, copos de avena, atún, yogur, zumo de tomate, zumo					
Triturado sin lactosa (SL)	Triturado de lentejas ECO con verduras y calabaza y huevo Fruta triturada	Triturado de crema bretona y ternera en salsa Fruta triturada	Triturado de espirales con verduras y pescado fresco de lonja Fruta triturada	Triturado de sopa maravilla y pollo al horno con verduras Fruta triturada	Triturado de arroz, verduras y merluza Fruta triturada
Sin sal (cocinado sin sal)			1º Espirales con tomate y champiñones 2º Pescado fresco a la plancha		
Insuficiencia renal (cocinado sin sal / fruta pelada)	1º Lentejas ECO con verduras (sin calabaza)	1º Crema bretona (sin patata)			1º Arroz milanesa (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)			1º Espirales con tomate y champiñones 2º Pescado fresco de lonja a la plancha		Yogur natural
Hipocalórico sin sal (reducir HC)			1º Espirales con tomate y champiñones 2º Pescado fresco de lonja a la plancha		Yogur natural
Baja en HC (reducir HC, sin pan)			1º Espirales con tomate y champiñones 2º Pescado fresco de lonja a la plancha		Yogur natural
Baja en HC, sin gluten (SG) (reducir HC, sin pan)	1º Garbanzos con verduras		1º Pasta SG con tomate y champiñones 2º Pescado fresco de lonja a la plancha	1º Sopa con pasta SG	Yogur natural
Baja en HC, sin cerdo (reducir HC, sin pan)			1º Espirales con tomate y champiñones 2º Pescado fresco de lonja a la plancha		1º Arroz milanesa (sin carne) 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

20

21

22

23

24

BASAL

Lentejas ECO con verduras y calabaza (1,8,12)
(Lentejas, calabacín, cebolla, zanahoria, calabaza)

Tortilla de queso (3,7)

Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan (1)

Crema bretona (alubias ECO) (12)
(Alubias, patata, cebolla, puerro y zanahoria)

Ternera en salsa (12)

Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan integral (1)

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

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

Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan (1)

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

Pollo al horno

Verduras asadas
Fruta de temporada
Pan integral (1)

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

Merluza horneada al toque de pimentón (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 Pasta SG con tomate y champiñones 2º Pescado fresco de lonja a la plancha	1º Sopa con pasta SG	
Sin gluten (SG), lactosa (SL) (pan SG)	1º Garbanzos con verduras 2º Tortilla francesa		1º Pasta SG con tomate y champiñones 2º Pescado fresco de lonja a la plancha	1º Sopa con pasta SG	Fruta de temporada
Sin lactosa (SL)	2º Tortilla francesa		1º Espirales con tomate y champiñones		Fruta de temporada
Sin legumbres (SS)	1º Patatas guisadas con verduras y calabaza	1º Crema de verduras	1º Pasta SS con tomate y champiñones 2º Pescado fresco de lonja a la plancha	1º Sopa con pasta SS	1º Arroz milanesa (sin guisantes)
Sin HC (sin pan)	1º Guiso de verduras y calabaza	1º Crema de verduras (sin patata)	1º Champiñones con tomate 2º Pescado fresco de lonja a la plancha	1º Sopa (sin pasta)	1º Guisantes salteados con jamón Yogur natural
Sin cerdo			1º Espirales con tomate y champiñones		1º Arroz milanesa (sin carne)
Sin carne		2º Pescado en salsa	1º Espirales con tomate y champiñones	1º Sopa de verduras con pasta maravilla 2º Revuelto de verduras	1º Arroz milanesa (sin carne)
Sin azúcares, pescados grandes, arroz ni pasta.			1º Champiñones con tomate	1º Sopa (sin pasta)	1º Guisantes salteados con jamón Yogur natural
	Limitar solanáceas: patata, tomate, berenjena y pimientos.		No dar pescados grandes: salmón, atún, emperador...		
2000 kcal (sin pan)	1º 120g lentejas	1º 300g patata 2º 100g ternera	1º Espirales con tomate y champiñones (90g pasta) 2º Pescado fresco de lonja plancha (150g)	1º 90g pasta 2º 100g pollo	1º 90g arroz 2º 150g merluza
	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		
2000 kcal sin azúcares de absorción rápida			1º Pasta integral con tomate y champiñones 2º Pescado fresco de lonja plancha	1º Sopa con pasta integral	2º Yogur natural
	Evitar. azúcar, pasta y pan blanco, harinas refinadas, frutas muy maduras.			Reducir las cantidades de arroz, pan integral y pasta integral.	

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

27

28

29

30

BASAL

Arroz con tomate
(Arroz con sofrito de tomate)

Longanizas al horno (6,12)

Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan (1)

Alubias a la riojana (6,12)
(Alubias con chorizo y verduras)

Tortilla de patata (3,12)

Pisto de verduras
Fruta de temporada
Pan integral (1)

Crema de zanahoria (12)
(Patata, zanahoria, puerro y cebolla)

Jamoncitos de pollo al ajillo

Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan (1)

Pasta integral con boloñesa vegetal
(1,3,5,6,7,8,10)
(Pasta integral, soja texturizada, tomate y
cebolla)

Palometa al horno (2,4,13)

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 arroz con verduras y longanizas Fruta triturada	Triturado de alubias con verduras y huevo Fruta triturada	Triturado de crema de zanahoria y jamoncitos de pollo al ajillo Fruta triturada	Triturado de pasta integral con verduras y palometa Fruta triturada
Triturado PEG <i>Dieta triturada, consistencia puré. Colar / Tamizar</i>	Triturado de arroz con verduras y longanizas Fruta triturada	Triturado de verduras y huevo Fruta triturada	Triturado de crema de zanahoria y jamoncitos de pollo al ajillo Fruta triturada	Triturado de arroz con verduras y palometa Fruta triturada
Alimentos en pequeñas cantidades: arroz, queso, fruta, guisantes y comidas grasas. de melocotón, panceta, pasta. // ALIMENTOS A EVITAR: Patata, garbanzos, lentejas, frijoles, copos de avena, atún, yogur, zumo de tomate, zumo				
Triturado sin lactosa (SL)	Triturado de arroz con verduras y longanizas SL Fruta triturada	Triturado de alubias con verduras y huevo Fruta triturada	Triturado de crema de zanahoria y jamoncitos de pollo al ajillo Fruta triturada	Triturado de pasta integral con verduras y palometa Fruta triturada
Sin sal (cocinado sin sal)	2º Lomo a la plancha	1º Alubias con verduras 2º Tortilla francesa		
Insuficiencia renal (cocinado sin sal / fruta pelada)		1º Alubias con verduras 2º Tortilla francesa	1º Crema de zanahoria (sin patata)	1º Pasta blanca con boloñesa vegetal
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 Lomo a la plancha	1º Alubias con verduras 2º Tortilla francesa		
Hipocalórico sin sal (reducir HC)	2º Lomo a la plancha	1º Alubias con verduras 2º Tortilla francesa		
Baja en HC (reducir HC, sin pan)		2º Tortilla francesa		
Baja en HC, sin gluten (SG) (reducir HC, sin pan)	2º Longanizas al horno SG	1º Alubias a la riojana SG 2º Tortilla francesa		1º Pasta SG con tomate y verduras
Baja en HC, sin cerdo (reducir HC, sin pan)	2º Pavo a la plancha	1º Alubias con verduras 2º Tortilla francesa		

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

27

28

29

30

BASAL

Arroz con tomate
(Arroz con sofrito de tomate)

Longanizas al horno (6,12)

Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan (1)

Alubias a la riojana (6,12)
(Alubias con chorizo y verduras)

Tortilla de patata (3,12)

Pisto de verduras
Fruta de temporada
Pan integral (1)

Crema de zanahoria (12)
(Patata, zanahoria, puerro y cebolla)

Jamonicitos de pollo al ajillo

Ensalada variada
Fruta de temporada
Pan (1)

Pasta integral con boloñesa vegetal
(1,3,5,6,7,8,10)
(Pasta integral, soja texturizada, tomate y
cebolla)

Palometa al horno (2,4,13)

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 Longanizas al horno SG	1º Alubias a la riojana SG 2º Tortilla francesa		1º Pasta SG con tomate y verduras	
Sin gluten (SG), lactosa (SL) (pan SG)	2º Longanizas al horno SG/SL	1º Alubias a la riojana SG/SL 2º Tortilla francesa		1º Pasta SG con tomate y verduras	
Sin lactosa (SL)	2º Longanizas al horno SL	1º Alubias a la riojana SL		1º Pasta integral con boloñesa vegetal SL	
Sin legumbres (SS)	2º Lomo a la plancha	1º Hervido de verduras		1º Pasta SS con tomate y verduras	
Sin HC (sin pan)	1º Judías verdes salteadas con tomate	1º Hervido de verduras 2º Tortilla francesa	1º Crema de zanahoria (sin patata)	1º Verduras salteadas con tomate	
Sin cerdo	2º Pavo a la plancha	1º Alubias con verduras			
Sin carne	2º Tortilla francesa	1º Alubias con verduras	2º Merluza al ajillo		
Sin azúcares, pescados grandes, arroz ni pasta.	1º Judías verdes salteadas con tomate	Limitar solanáceas: patata, tomate, berenjena y pimientos.		No dar pescados grandes: salmón, atún, emperador...	
2000 kcal (sin pan)	1º 90g arroz 2º Lomo plancha	1º Alubias con verduras (120g alubias) 2º Tortilla francesa	1º 300g patata	1º 90g pasta 2º 150g palometa	
	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		
2000 kcal sin azúcares de absorción rápida	2º Lomo a la plancha	1º Alubias con verduras 2º Tortilla francesa			
	Evitar: azúcar, pasta y pan blanco, harinas refinadas, frutas muy maduras.		Reducir las cantidades de arroz, pan integral y pasta integral.		

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:

