

Leyenda de
alérgenos:



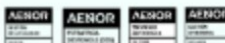
Consulta toda la
información
nutricional y alérgenos
de nuestra carta en
el código QR:



Accede a los menús
de tu centro en
www.servalia.org

usuario: alpe
contraseña: 0384

Elaborado por el
Área de Seguridad
Alimentaria y Nutrición:
Raquel Sanz CV00815
Amparo Sáez CV00813
Nuria Escrig CV02177



Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
						1		2	
						Guiso de verduras, pavo y patata 101 kcal		Crema de calabacín con queso (7) 103 kcal	
						Palometa al horno (2*,4,12,13*) 139 kcal		Magro con tomate 59 kcal	
						Ensalada variada 79 kcal		Ensalada variada 79 kcal	
						Fruta de temporada 90 kcal		Yogur artesano natural (7)	
						Pan integral (1)		Pan blanco (1)	
5		6		7		8		9	
Wok de tallarines integrales con verduras y salsa de soja (1,3*,6,10*) 412 kcal		Crema de guisantes y manzana 144 kcal		Garbanzos con verduras 303 kcal		Ensalada mixta con huevo (3,9*) 72 kcal		FESTIVO	
Gallineta en salsa mery (2*,4,12,13*) 120 kcal		Hamburguesa mixta al horno (6,12) 200 kcal		Tortilla de patata (3) 153 kcal		Paella valenciana 310 kcal			
Ensalada variada 79 kcal		Ensalada variada 79 kcal		Pisto de verduras 75 kcal		Fruta de temporada 90 kcal			
Fruta de temporada 90 kcal		Fruta de temporada 90 kcal		Fruta de temporada 90 kcal		Pan integral (1)			
Pan blanco (1)		Pan integral (1)		Pan blanco (1)					
12		13		14		15		16	
FESTIVO		Plumas integrales a la sorrentina (1,3*,7,12) 359 kcal		Crema de boniato y zanahoria 111 kcal		Potaje de garbanzos 318 kcal		Ensalada completa con atún y queso (4,7,9*) 119 kcal	
		Hamburguesa de coliflor y queso (1,3,7,11) 169 kcal		Pechuga de pollo al curry (1,10) 137 kcal		Tortilla paisana (3) 123 kcal		Arroz al horno (6,8*,12) 417 kcal	
		Ensalada variada 79 kcal		Champiñones salteados 60 kcal		Ensalada variada 79 kcal		Yogur artesano natural (7)	
		Fruta de temporada 90 kcal		Fruta de temporada 90 kcal		Fruta de temporada 90 kcal		Pan blanco (1)	
Pan integral (1)		Pan integral (1)		Pan blanco (1)		Pan integral (1)			
19		20		21		22		23	
Lentejas ECO a la jardinera (1*,12) 350 kcal		Sopa de arroz con garbanzos 306 kcal		Hervido valenciano 120 kcal		Crema de la Selva Gombe (Crema verde con picatostes) (1,6*,7*,8*,11*) 116 kcal		Espirales integrales con carbonara de espinacas (1,3*,6,7,10*,12) 443 kcal	
Tortilla de pavo (3,6*) 128 kcal		Ternera en salsa de verduras (12) 73 kcal		Boquerón rebozado casero (1,2*,4,6*,10*,13*) 169 kcal		Tacos de pollo marinados (10) 148 kcal		Merluza en salsa verde (2*,4,12,13*) 104 kcal	
Ensalada variada 79 kcal		Ensalada variada 79 kcal		Ensalada variada 79 kcal		Arroz blanco 173 kcal		Ensalada variada 79 kcal	
Fruta de temporada 90 kcal		Fruta de temporada 90 kcal		Fruta de temporada 90 kcal		Fruta de temporada 90 kcal		Yogur artesano natural (7)	
Pan blanco (1)		Pan integral (1)		Pan blanco (1)		Pan integral (1)		Pan blanco (1)	
26		27		28		29		30	
Crema de lentejas ECO (1*) 299 kcal		Pasta integral al queso (1,3*,6*,7,10*) 325 kcal		Guiso de patata y verduras 193 kcal		Alubias a la riojana (1*,6,7*,12) 355 kcal		Arroz marinera (1*,2,3*,4,6*,7*,8*,12,13) 370 kcal	
Lomo adobado en salsa de cebolla (6) 137 kcal		Salmón al horno en salsa de cítricos (4) 139 kcal		Pollo asado con limón y romero 50 kcal		Tortilla de calabacín (3) 111 kcal		Tosta de tomate, queso y orégano (1,3*,5*,6,7,8*,10,11*) 70 kcal	
Ensalada variada 79 kcal		Guisantes salteados 111 kcal		Ensalada variada 79 kcal		Ensalada variada 79 kcal		Ensalada variada 79 kcal	
Fruta de temporada 90 kcal		Fruta de temporada 90 kcal		Fruta de temporada 90 kcal		Fruta de temporada 90 kcal		Yogur artesano natural (7)	
Pan blanco (1)		Pan integral (1)		Pan blanco (1)		Pan integral (1)		Pan blanco (1)	