

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 integral (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 francesa (3) 137 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 integral (1)	Pan integral (1)	Pan integral (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
	Merluza al horno (2*,4,12,13*) 105 kcal	Pechuga de pollo al curry 62 kcal	Tortilla paisana (3) 123 kcal	Arroz con verduras (12) 331 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 integral (1)
	Pan integral (1)	Pan integral (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	Salmón al horno (4) 122 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 integral (1)	Pan integral (1)	Pan integral (1)	Pan integral (1)	Pan integral (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 con verduras 68 kcal	Arroz marinera (1*,2,3*,4,6*,7*,8*,12,13) 370 kcal
Lomo en salsa de cebolla (12) 190 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	Merluza al horno (2*,4,12,13*) 105 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 integral (1)	Pan integral (1)	Pan integral (1)	Pan integral (1)	Pan integral (1)