

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 patata y verduras 193 kcal	Crema de calabacín con queso (7) 103 kcal
			Palometa al horno (2*,4,12,13*) 139 kcal	Tortilla de patata (3) 153 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 de coliflor y queso (1,3,7,11) 169 kcal	Tortilla de patata (3) 153 kcal	Paella de verduras (12) 370 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	Salmón al horno (4) 122 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 blanco (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 y verduras 241 kcal	Hervido valenciano 120 kcal	Crema de la Selva Gombe (Crema verde con picatostes) (1,6*,7*,8*,11*) 116 kcal	Espirales integrales con espinacas (1,3*,6*,10*,12) 301 kcal
Tortilla francesa (3) 137 kcal	Revuelto de verduras (3) 169 kcal	Boquerón rebozado casero (1,2*,4,6*,10*,13*) 169 kcal	Gallineta horneada al pimentón (2,4,13) 64 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 con verduras 68 kcal	Arroz marinera (1*,2,3*,4,6*,7*,8*,12,13) 370 kcal
Tortilla de patata (3) 153 kcal	Salmón al horno en salsa de cítricos (4) 139 kcal	Merluza al horno (2*,4,12,13*) 105 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)