Noviembre

Menú basal

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta integral a la napolitana (1,3*,6*,7,10*) *372 kcal* Merluza en salsa mery (4,12) *104 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**3** Garbanzos con verduras al curry (1,10,12) *267 kcal* Tortilla de patata (3) *232 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**4** Arroz con salsa de tomate casera (12) *360 kcal* Longanizas al horno (12) *231 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**5** Guisado de patata, judía verde y magro *159 kcal* Salmón horneado al eneldo (4) *127 kcal* Brócoli al vapor *45 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**6** Crema bretona (12) *96 kcal* Pollo al horno estilo provenzal (12) *54 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Yogur artesano natural (7) Pan blanco (1)
9 Ensalada completa con atún y queso (4,7,9*) *119 kcal* Plumas integrales a la boloñesa vegetal (1,3*,6,8*,11*) *419 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**10** Guiso de pota (2*,4,12,13) *202 kcal* Magro en salsa de la abuela (12) *88 kcal* Pisto de verduras *75 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**11** Paella de verduras (12) *370 kcal* Abadejo en salsa verde (2*,4,12,13*) *113 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**12** Potaje de garbanzos *318 kcal* Pizza de jamón york y queso (1,6,7,10) Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**13** Vichyssoise (7) *116 kcal* Contramuslo de pollo en salsa de champiñones *50 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Yogur artesano natural (7) Pan blanco (1)
16 Lentejas ECO con jamón (1*,12) *298 kcal* Tortilla de atún (3,4) *148 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**17** Sopa de lluvia (1,3*,6*,10*) *192 kcal* Albóndigas al curry (1,6,10,12) *217 kcal* Menestra de verduras Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**18** Arroz tres delicias (2*,3,4*,6,7*,8*,9*,12*) *138 kcal* Palometa horneada al pimentón (4,12) *143 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**19** Crema de calabaza *127 kcal* Pollo a la mostaza (10) *65 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**20** Alubias con verduras (12) *77 kcal* Merluza a la andaluza (1,2*,3,4,6*,7*,12*,13) *188 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Yogur artesano natural (7) Pan blanco (1)
23 Espaguetis integrales a la carbonara (1,3*,6,7,10*) *367 kcal* Ventresca de merluza al limón (4) *105 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**24** Olleta alicantina (1*) *320 kcal* Tortilla de queso (3,7) *134 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**25** Arroz a la milanesa *357 kcal* Tosta de hummus y pimentón (1,3*,7*,8*,11*,12) *139 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**26** Guiso de patata y verduras *193 kcal* Boquerón rebozado casero (1,2*,4,6*,10*,13*) *169 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**27** Crema de zanahoria con garbanzos *280 kcal* Pollo horneado a las finas hierbas *56 kcal* Verduras asadas *73 kcal* Yogur artesano natural (7) Pan blanco (1)
30 Lentejas ECO guisadas con hortalizas de temporada (1*) *338 kcal* Tortilla de pavo (3,6*) *128 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)				

Servalia

Leyenda de alérgenos:

1 GLUTEN
2 CRUSTÁCEOS
3 HUEVOS
4 PESCADO
5 CACAHUETES
6 SOJA
7 LACTEOS
8 FRUTOS DE CÁSCARA
9 APIO
10 MOSTAZA
11 SÉSAMO
12 E-X SULFITOS
13 MOLUSCOS
14 ALTRAMUCES

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: avemaria
contraseña: 4601

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

AENOR AENOR AENOR AENOR

Somos una empresa comprometida con la calidad, seguridad y el medio ambiente:

3 SALUD Y BIENESTAR

4 EDUCACIÓN DE CALIDAD

5 IGUALDAD DE GÉNERO

12 PRODUCCIÓN Y CONSUMO RESPONSABLES

AENOR SEGURIDAD ALIMENTARIA ISO 22000

AENOR GESTIÓN DE LA CALIDAD ISO 9001

AENOR GESTIÓN AMBIENTAL ISO 14001

AENOR ESTRATEGIA SOSTENIBLE (ODS)

Marie Curie fue una científica increíble que nació en Polonia hace más de cien años y tenía un superpoder: ¡una curiosidad gigante!

Viajó a Francia para estudiar y descubrió dos nuevos elementos de la naturaleza: **el polonio y el radio**. Además, in**ventó la palabra radiactividad** para explicar esa misteriosa energía que brillaba en la oscuridad.

¿Por qué es tan importante hoy?

Gracias a ella tenemos las radiografías, esas fotos que usan los médicos en los hospitales para ver nuestros huesos. De hecho, en la guerra, ella misma condujo furgonetas con máquinas de rayos X para salvar a los soldados heridos.

Fue tan brillante que se convirtió en **la primera persona en ganar dos Premios Nobel.**

Marie siempre decía:

"Nada en la vida debe ser temido, solo debe ser comprendido. Ahora es el momento de comprender más, para que podamos temer menos."







Servalia

RECOMENDADOR DE CENAS

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

Postre

Lácteos — Fruta

Fruta — Lácteos

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

Noviembre

Sin frutos secos SFS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta integral a la napolitana (1,3*,6*,7,10*) *372 kcal* Merluza en salsa mery (4,12) *104 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	3 Garbanzos con verduras al curry (1,10,12) *267 kcal* Tortilla de patata (3) *232 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	4 Arroz con salsa de tomate casera (12) *360 kcal* Longanizas al horno (12) *231 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	5 Guisado de patata, judía verde y magro *159 kcal* Salmón horneado al eneldo (4) *127 kcal* Brócoli al vapor *45 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	6 Crema bretona (12) *96 kcal* Pollo al horno estilo provenzal (12) *54 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Yogur artesano natural (7) Pan blanco (1)
9 Ensalada completa con atún y queso (4,7,9*) *119 kcal* Plumas integrales con salsa boloñesa (1,3*,6,10*,11*) Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	10 Guiso de pota (2*,4,12,13) *202 kcal* Magro en salsa de la abuela (12) *88 kcal* Pisto de verduras *75 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	11 Paella de verduras (12) *370 kcal* Abadejo en salsa verde (2*,4,12,13*) *113 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	12 Potaje de garbanzos *318 kcal* Pizza de jamón york y queso (1,6,7,10) Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	13 Vichyssoise (7) *116 kcal* Contramuslo de pollo en salsa de champiñones *50 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Yogur artesano natural (7) Pan blanco (1)
16 Lentejas ECO con jamón (1*,12) *298 kcal* Tortilla de atún (3,4) *148 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	17 Sopa de lluvia (1,3*,6*,10*) *192 kcal* Albóndigas al curry (1,6,10,12) *217 kcal* Menestra de verduras Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	18 Arroz tres delicias SFS (3,6) Palometa horneada al pimentón (4,12) *143 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	19 Crema de calabaza *127 kcal* Pollo a la mostaza (10) *65 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	20 Alubias con verduras (12) *77 kcal* Merluza a la andaluza (1,2*,3,4,6*,7*,12*,13) *188 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Yogur artesano natural (7) Pan blanco (1)
23 Espaguetis integrales a la carbonara (1,3*,6,7,10*) *367 kcal* Ventresca de merluza al limón (4) *105 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	24 Olleta alicantina (1*) *320 kcal* Tortilla de queso (3,7) *134 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	25 Arroz a la milanesa *357 kcal* Tosta de hummus y pimentón SFS (1,6,10,11) Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	26 Guiso de patata y verduras *193 kcal* Boquerón rebozado casero (1,2*,4,6*,10*,13*) *169 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	27 Crema de zanahoria con garbanzos *280 kcal* Pollo horneado a las finas hierbas *56 kcal* Verduras asadas *73 kcal* Yogur artesano natural (7) Pan blanco (1)
30 Lentejas ECO guisadas con hortalizas de temporada (1*) *338 kcal* Tortilla de pavo (3,6*) *128 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)				

Servalia

Leyenda de alérgenos:

1 GLUTEN
2 CRUSTÁCEOS
3 HUEVOS
4 PESCADO
5 CACAHUETES
6 SOJA
7 LACTEOS
8 FRUTOS DE CÁSCARA
9 APIO
10 MOSTAZA
11 SÉSAMO
12 E-X SULFITOS
13 MOLUSCOS
14 ALTRAMUCES

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: avemaria
contraseña: 4601

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

AENOR AENOR AENOR AENOR

Noviembre

Sin frutos secos SFS, marisco, lentejas, maíz

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta integral a la napolitana (1,3*,6*,7,10*) *372 kcal* Merluza en salsa mery sin trazas de marisco (4) Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	3 Garbanzos con verduras al curry (1,10,12) *267 kcal* Tortilla de patata (3) *232 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	4 Arroz con salsa de tomate casera (12) *360 kcal* Longanizas al horno (12) *231 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	5 Guisado de patata, judía verde y magro *159 kcal* Salmón horneado al eneldo (sin trazas) (4) Brócoli al vapor *45 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	6 Crema bretona (12) *96 kcal* Pollo al horno estilo provenzal (12) *54 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Yogur artesano natural (7) Pan blanco (1)
9 Ensalada completa con atún y queso (4,7,9*) *119 kcal* Plumas integrales con salsa boloñesa (1,3*,6,10*,11*) Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	10 Guiso de patata y verduras *193 kcal* Magro en salsa de la abuela (12) *88 kcal* Pisto de verduras *75 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	11 Paella de verduras (12) *370 kcal* Merluza en salsa verde sin trazas de marisco (4) Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	12 Potaje de garbanzos *318 kcal* Pizza de jamón york y queso (1,6,7,10) Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	13 Vichyssoise (7) *116 kcal* Contramuslo de pollo en salsa de champiñones *50 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Yogur artesano natural (7) Pan blanco (1)
16 Garbanzos con jamón Tortilla de atún (3,4) *148 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	17 Sopa de lluvia (1,3*,6*,10*) *192 kcal* Albóndigas al curry (1,6,10,12) *217 kcal* Menestra de verduras Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	18 Arroz tres delicias sin pescado/marisco/SFS (3,6*) Salmón al horno sin trazas de marisco (4) Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	19 Crema de calabaza *127 kcal* Pollo a la mostaza (10) *65 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	20 Alubias con verduras (12) *77 kcal* Merluza a la andaluza casera (sin trazas) (1,4,6*,10*) Ensalada variada *79 kcal* Yogur artesano natural (7) Pan blanco (1)
23 Espaguetis integrales a la carbonara (1,3*,6,7,10*) *367 kcal* Ventresca de merluza al limón (sin trazas) (4) Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	24 Olleta alicantina (1*) *320 kcal* Tortilla de queso (3,7) *134 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	25 Arroz a la milanesa *357 kcal* Tosta de hummus y pimentón SFS (1,6,10,11) Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	26 Guiso de patata y verduras *193 kcal* Salmón al horno sin trazas de marisco (4) Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	27 Crema de zanahoria con garbanzos *280 kcal* Pollo horneado a las finas hierbas *56 kcal* Verduras asadas *73 kcal* Yogur artesano natural (7) Pan blanco (1)
30 Alubias guisadas con hortalizas de temporada Tortilla de pavo (3,6*) *128 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)				

Servalia

Leyenda de alérgenos:

1 GLUTEN
2 CRUSTÁCEOS
3 HUEVOS
4 PESCADO
5 CACAHUETES
6 SOJA
7 LACTEOS
8 FRUTOS DE CÁSCARA
9 APIO
10 MOSTAZA
11 SÉSAMO
12 E-X SULFITOS
13 MOLUSCOS
14 ALTRAMUCES

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: avemaria
contraseña: 4601

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

Noviembre

Sin frutos secos SFS, sin huevo SH

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta SH a la napolitana (7) Merluza en salsa mery (4,12) *104 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**3** Garbanzos con verduras al curry (1,10,12) *267 kcal* Pechuga de pollo a la plancha *122 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**4** Arroz con salsa de tomate casera (12) *360 kcal* Longanizas al horno (12) *231 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**5** Guisado de patata, judía verde y magro *159 kcal* Salmón horneado al eneldo (4) *127 kcal* Brócoli al vapor *45 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**6** Crema bretona (12) *96 kcal* Pollo al horno estilo provenzal (12) *54 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Yogur artesano natural (7) Pan blanco (1)
9 Ensalada completa con atún y queso (4,7,9*) *119 kcal* Pasta son salsa boloñesa SH/SFS Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**10** Guiso de pota (2*,4,12,13) *202 kcal* Magro en salsa de la abuela (12) *88 kcal* Pisto de verduras *75 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**11** Paella de verduras (12) *370 kcal* Abadejo en salsa verde (2*,4,12,13*) *113 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**12** Potaje de garbanzos *318 kcal* Pizza de jamón york y queso (1,6,7,10) Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**13** Vichyssoise (7) *116 kcal* Contramuslo de pollo en salsa de champiñones *50 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Yogur artesano natural (7) Pan blanco (1)
16 Lentejas ECO con jamón (1*,12) *298 kcal* Pechuga de pollo a la plancha *122 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**17** Sopa con pasta SH Albóndigas al curry (1,6,10,12) *217 kcal* Menestra de verduras Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**18** Arroz tres delicias SH (6) Palometa horneada al pimentón (4,12) *143 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**19** Crema de calabaza *127 kcal* Pollo a la mostaza (10) *65 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**20** Alubias con verduras (12) *77 kcal* Merluza a la andaluza SH (1,2*,4,6*,10*,12*,13*) Ensalada variada *79 kcal* Yogur artesano natural (7) Pan blanco (1)
23 Pasta SH a la carbonara (6,7) Ventresca de merluza al limón (4) *105 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**24** Olleta alicantina (1*) *320 kcal* Lomo a la plancha con queso (7) Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**25** Arroz a la milanesa *357 kcal* Tosta de hummus y pimentón SFS (1,6,10,11) Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**26** Guiso de patata y verduras *193 kcal* Boquerón rebozado casero (1,2*,4,6*,10*,13*) *169 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**27** Crema de zanahoria con garbanzos *280 kcal* Pollo horneado a las finas hierbas *56 kcal* Verduras asadas *73 kcal* Yogur artesano natural (7) Pan blanco (1)
30 Lentejas ECO guisadas con hortalizas de temporada (1*) *338 kcal* Merluza al horno (2*,4,12,13*) *105 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)				

Servalia

Leyenda de alérgenos:

1 GLUTEN
2 CRUSTÁCEOS
3 HUEVOS
4 PESCADO
5 CACAHUETES
6 SOJA
7 LACTEOS
8 FRUTOS DE CÁSCARA
9 APIO
10 MOSTAZA
11 SÉSAMO
12 E-X SULFITOS
13 MOLUSCOS
14 ALTRAMUCES

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: avemaria
contraseña: 4601

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

AENOR AENOR AENOR AENOR

Noviembre

Sin gluten SG

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta SG a la napolitana (7) Merluza en salsa mery (4,12) *104 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan SG	**3** Garbanzos con verduras (12) *228 kcal* Tortilla de patata (3) *232 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan SG	**4** Arroz con salsa de tomate casera (12) *360 kcal* Longanizas al horno (12) *231 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan SG	**5** Guisado de patata, judía verde y magro *159 kcal* Salmón horneado al eneldo (4) *127 kcal* Brócoli al vapor *45 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan SG	**6** Crema bretona (12) *96 kcal* Pollo al horno estilo provenzal (12) *54 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Yogur artesano natural (7) Pan SG
9 Ensalada completa con atún y queso (4,7,9*) *119 kcal* Pasta SG con salsa boloñesa Fruta de temporada *90 kcal* Pan SG	**10** Guiso de pota (2*,4,12,13) *202 kcal* Magro en salsa de la abuela (12) *88 kcal* Pisto de verduras *75 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan SG	**11** Paella de verduras (12) *370 kcal* Abadejo en salsa verde (2*,4,12,13*) *113 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan SG	**12** Potaje de garbanzos *318 kcal* Panini casero con tomate, jamón y queso SG (6*,7) Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan SG	**13** Vichyssoise (7) *116 kcal* Contramuslo de pollo en salsa de champiñones *50 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Yogur artesano natural (7) Pan SG
16 Garbanzos con jamón Tortilla de atún (3,4) *148 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan SG	**17** Sopa con pasta SG Tacos de magro en salsa Menestra de verduras Fruta de temporada *90 kcal* Pan SG	**18** Arroz tres delicias (2*,3,4*,6,7*,8*,9*,12*) *138 kcal* Palometa horneada al pimentón (4,12) *143 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan SG	**19** Crema de calabaza *127 kcal* Pollo a la mostaza (10) *65 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan SG	**20** Alubias con verduras (12) *77 kcal* Merluza empanada SG (4) Ensalada variada *79 kcal* Yogur artesano natural (7) Pan SG
23 Pasta SG a la carbonara (6,7) Ventresca de merluza al limón (4) *105 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan SG	**24** Olleta alicantina sin lentejas Tortilla de queso (3,7) *134 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan SG	**25** Arroz a la milanesa *357 kcal* Tosta con hummus y pimentón SG (6*,11) Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan SG	**26** Guiso de patata y verduras *193 kcal* Boquerones rebozados SG (2,4,12,13) Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan SG	**27** Crema de zanahoria con garbanzos *280 kcal* Pollo horneado a las finas hierbas *56 kcal* Verduras asadas *73 kcal* Yogur artesano natural (7) Pan SG
30 Alubias guisadas con hortalizas de temporada Tortilla de pavo (3,6*) *128 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan SG				

Servalia

Leyenda de alérgenos:

1 GLUTEN
2 CRUSTÁCEOS
3 HUEVOS
4 PESCADO
5 CACAHUETES
6 SOJA
7 LACTEOS
8 FRUTOS DE CÁSCARA
9 APIO
10 MOSTAZA
11 SÉSAMO
12 E-X SULFITOS
13 MOLUSCOS
14 ALTRAMUCES

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: avemaria
contraseña: 4601

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

Noviembre

Sin huevo SH

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta SH a la napolitana (7) Merluza en salsa mery (4,12) *104 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**3** Garbanzos con verduras al curry (1,10,12) *267 kcal* Pechuga de pollo a la plancha *122 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**4** Arroz con salsa de tomate casera (12) *360 kcal* Longanizas al horno (12) *231 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**5** Guisado de patata, judía verde y magro *159 kcal* Salmón horneado al eneldo (4) *127 kcal* Brócoli al vapor *45 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**6** Crema bretona (12) *96 kcal* Pollo al horno estilo provenzal (12) *54 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Yogur artesano natural (7) Pan blanco (1)
9 Ensalada completa con atún y queso (4,7,9*) *119 kcal* Pasta SH con boloñesa vegetal (1,6,8,11) Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**10** Guiso de pota (2*,4,12,13) *202 kcal* Magro en salsa de la abuela (12) *88 kcal* Pisto de verduras *75 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**11** Paella de verduras (12) *370 kcal* Abadejo en salsa verde (2*,4,12,13*) *113 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**12** Potaje de garbanzos *318 kcal* Pizza de jamón york y queso (1,6,7,10) Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**13** Vichyssoise (7) *116 kcal* Contramuslo de pollo en salsa de champiñones *50 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Yogur artesano natural (7) Pan blanco (1)
16 Lentejas ECO con jamón (1*,12) *298 kcal* Pechuga de pollo a la plancha *122 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**17** Sopa con pasta SH Albóndigas al curry (1,6,10,12) *217 kcal* Menestra de verduras Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**18** Arroz tres delicias SH (6) Palometa horneada al pimentón (4,12) *143 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**19** Crema de calabaza *127 kcal* Pollo a la mostaza (10) *65 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**20** Alubias con verduras (12) *77 kcal* Merluza a la andaluza SH (1,2*,4,6*,10*,12*,13*) Ensalada variada *79 kcal* Yogur artesano natural (7) Pan blanco (1)
23 Pasta SH a la carbonara (6,7) Ventresca de merluza al limón (4) *105 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**24** Olleta alicantina (1*) *320 kcal* Lomo a la plancha con queso (7) Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**25** Arroz a la milanesa *357 kcal* Tosta de hummus y pimentón SH (1,7*,8*,11*,12) Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**26** Guiso de patata y verduras *193 kcal* Boquerón rebozado casero (1,2*,4,6*,10*,13*) *169 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**27** Crema de zanahoria con garbanzos *280 kcal* Pollo horneado a las finas hierbas *56 kcal* Verduras asadas *73 kcal* Yogur artesano natural (7) Pan blanco (1)
30 Lentejas ECO guisadas con hortalizas de temporada (1*) *338 kcal* Merluza al horno (2*,4,12,13*) *105 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)				

Servalia

Leyenda de alérgenos:

1 GLUTEN
2 CRUSTÁCEOS
3 HUEVOS
4 PESCADO
5 CACAHUETES
6 SOJA
7 LACTEOS
8 FRUTOS DE CÁSCARA
9 APIO
10 MOSTAZA
11 SÉSAMO
12 E-X SULFITOS
13 MOLUSCOS
14 ALTRAMUCES

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: avemaria
contraseña: 4601

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

Noviembre

Sin huevo SH (sí trazas)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta integral a la napolitana (1,3*,6*,7,10*) *372 kcal* Merluza en salsa mery (4,12) *104 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	3 Garbanzos con verduras al curry (1,10,12) *267 kcal* Pechuga de pollo a la plancha *122 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	4 Arroz con salsa de tomate casera (12) *360 kcal* Longanizas al horno (12) *231 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	5 Guisado de patata, judía verde y magro *159 kcal* Salmón horneado al eneldo (4) *127 kcal* Brócoli al vapor *45 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	6 Crema bretona (12) *96 kcal* Pollo al horno estilo provenzal (12) *54 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Yogur artesano natural (7) Pan blanco (1)
9 Ensalada completa con atún y queso (4,7,9*) *119 kcal* Plumas integrales a la boloñesa vegetal (1,3*,6,8*,11*) *419 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	10 Guiso de pota (2*,4,12,13) *202 kcal* Magro en salsa de la abuela (12) *88 kcal* Pisto de verduras *75 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	11 Paella de verduras (12) *370 kcal* Abadejo en salsa verde (2*,4,12,13*) *113 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	12 Potaje de garbanzos *318 kcal* Pizza de jamón york y queso (1,6,7,10) Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	13 Vichyssoise (7) *116 kcal* Contramuslo de pollo en salsa de champiñones *50 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Yogur artesano natural (7) Pan blanco (1)
16 Lentejas ECO con jamón (1*,12) *298 kcal* Pechuga de pollo a la plancha *122 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	17 Sopa de lluvia (1,3*,6*,10*) *192 kcal* Albóndigas al curry (1,6,10,12) *217 kcal* Menestra de verduras Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	18 Arroz tres delicias SH (6) Palometa horneada al pimentón (4,12) *143 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	19 Crema de calabaza *127 kcal* Pollo a la mostaza (10) *65 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	20 Alubias con verduras (12) *77 kcal* Merluza a la andaluza (1,2*,3,4,6*,7*,12*,13) *188 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Yogur artesano natural (7) Pan blanco (1)
23 Espaguetis integrales a la carbonara (1,3*,6,7,10*) *367 kcal* Ventresca de merluza al limón (4) *105 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	24 Olleta alicantina (1*) *320 kcal* Lomo a la plancha con queso (7) Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	25 Arroz a la milanesa *357 kcal* Tosta de hummus y pimentón (1,3*,7*,8*,11*,12) *139 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	26 Guiso de patata y verduras *193 kcal* Boquerón rebozado casero (1,2*,4,6*,10*,13*) *169 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	27 Crema de zanahoria con garbanzos *280 kcal* Pollo horneado a las finas hierbas *56 kcal* Verduras asadas *73 kcal* Yogur artesano natural (7) Pan blanco (1)
30 Lentejas ECO guisadas con hortalizas de temporada (1*) *338 kcal* Merluza al horno (2*,4,12,13*) *105 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)				

Servalia

Leyenda de alérgenos:

1 GLUTEN
2 CRUSTÁCEOS
3 HUEVOS
4 PESCADO
5 CACAHUETES
6 SOJA
7 LACTEOS
8 FRUTOS DE CÁSCARA
9 APIO
10 MOSTAZA
11 SÉSAMO
12 E-X SULFITOS
13 MOLUSCOS
14 ALTRAMUCES

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: avemaria
contraseña: 4601

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

Noviembre

Sin huevo SH, sin legumbres SS, sin frutos secos SFS, sin zanahoria,kiwi,bacalao,semillas,papaya

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta a la napolitana SS/SH Merluza en salsa mery (4,12) *104 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**3** Sopa con pasta SH/SS Pechuga de pollo a la plancha *122 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**4** Arroz con salsa de tomate casera (12) *360 kcal* Lomo a la plancha Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**5** Guisado de patata, verduras y magro (sin judísa verdes) Salmón horneado al eneldo (4) *127 kcal* Brócoli al vapor *45 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**6** Crema de verduras Pollo al horno estilo provenzal (12) *54 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Yogur artesano natural (7) Pan blanco (1)
9 Ensalada completa con atún y queso (4,7,9*) *119 kcal* Pasta con salsa boloñesa SH/SS/SFS Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**10** Guiso de pota (2*,4,12,13) *202 kcal* Magro en salsa de la abuela (12) *88 kcal* Pisto de verduras *75 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**11** Paella de verduras (12) *370 kcal* Abadejo en salsa verde (2*,4,12,13*) *113 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**12** Sopa con pasta SH/SS Panini casero de tomate, atún y queso SH/SS/SFS (4,7) Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**13** Vichyssoise (7) *116 kcal* Contramuslo de pollo en salsa de champiñones *50 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Yogur artesano natural (7) Pan blanco (1)
16 Guiso de patata y verduras *193 kcal* Pechuga de pollo a la plancha *122 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**17** Sopa con pasta SH/SS Tacos de magro en salsa Verduras salteadas Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**18** Arroz con verduras SS Palometa horneada al pimentón (4,12) *143 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**19** Crema de calabaza *127 kcal* Pechuga de pollo a la plancha *122 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**20** Pasta con tomate y queso SH/SS (7) Merluza al horno (2*,4,12,13*) *105 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Yogur artesano natural (7) Pan blanco (1)
23 Pasta con tomate y champiñones SS/SH Ventresca de merluza al limón (4) *105 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**24** Sopa con pasta SH/SS Lomo a la plancha con queso (7) Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**25** Arroz milanesa (sin guisantes) Tosta de tomate, queso y orégano SS/SH/SFS (7) Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**26** Guiso de patata y verduras *193 kcal* Boquerones al horno (2,4,13) Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**27** Crema de verduras Pollo horneado a las finas hierbas *56 kcal* Verduras asadas *73 kcal* Yogur artesano natural (7) Pan blanco (1)
30 Guiso de patata y verduras *193 kcal* Merluza al horno (2*,4,12,13*) *105 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)				

Servalia

Leyenda de alérgenos:

1 GLUTEN
2 CRUSTÁCEOS
3 HUEVOS
4 PESCADO
5 CACAHUETES
6 SOJA
7 LACTEOS
8 FRUTOS DE CÁSCARA
9 APIO
10 MOSTAZA
11 SÉSAMO
12 E-X SULFITOS
13 MOLUSCOS
14 ALTRAMUCES

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: avemaria
contraseña: 4601

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

Noviembre

Sin lactosa SL

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta integral a la napolitana SL (1,3,6,10) Merluza en salsa mery (4,12) *104 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**3** Garbanzos con verduras al curry (1,10,12) *267 kcal* Tortilla de patata (3) *232 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**4** Arroz con salsa de tomate casera (12) *360 kcal* Longanizas al horno (12) *231 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**5** Guisado de patata, judía verde y magro *159 kcal* Salmón horneado al eneldo (4) *127 kcal* Brócoli al vapor *45 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**6** Crema bretona (12) *96 kcal* Pollo al horno estilo provenzal (12) *54 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)
9 Ensalada completa con atún (4) Plumas integrales a la boloñesa vegetal (1,3*,6,8*,11*) *419 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**10** Guiso de pota (2*,4,12,13) *202 kcal* Magro en salsa de la abuela (12) *88 kcal* Pisto de verduras *75 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**11** Paella de verduras (12) *370 kcal* Abadejo en salsa verde (2*,4,12,13*) *113 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**12** Potaje de garbanzos *318 kcal* Panini casero de tomate y jamón (1,6,10*) Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**13** Crema de verduras *162 kcal* Contramuslo de pollo en salsa de champiñones *50 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)
16 Lentejas ECO con jamón (1*,12) *298 kcal* Tortilla de atún (3,4) *148 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**17** Sopa de lluvia (1,3*,6*,10*) *192 kcal* Albóndigas al curry (1,6,10,12) *217 kcal* Menestra de verduras Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**18** Arroz tres delicias SL (2*,3,4,6,13*) Palometa horneada al pimentón (4,12) *143 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**19** Crema de calabaza *127 kcal* Pollo a la mostaza (10) *65 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**20** Alubias con verduras (12) *77 kcal* Merluza a la andaluza casera (1,2*,4,6*,10*,13*) *158 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)
23 Espaguetis integrales con tomate y champiñones SL (1,3*,6,10*) Ventresca de merluza al limón (4) *105 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**24** Olleta alicantina (1*) *320 kcal* Tortilla francesa (3) *137 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**25** Arroz a la milanesa *357 kcal* Tosta de hummus y pimentón SL (1,3*,8*,11*,12) Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**26** Guiso de patata y verduras *193 kcal* Boquerón rebozado casero (1,2*,4,6*,10*,13*) *169 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**27** Crema de zanahoria con garbanzos *280 kcal* Pollo horneado a las finas hierbas *56 kcal* Verduras asadas *73 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)
30 Lentejas ECO guisadas con hortalizas de temporada (1*) *338 kcal* Tortilla de pavo (3,6*) *128 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)				

Servalia

Leyenda de alérgenos:

1 GLUTEN
2 CRUSTÁCEOS
3 HUEVOS
4 PESCADO
5 CACAHUETES
6 SOJA
7 LACTEOS
8 FRUTOS DE CÁSCARA
9 APIO
10 MOSTAZA
11 SÉSAMO
12 E-X SULFITOS
13 MOLUSCOS
14 ALTRAMUCES

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: avemaria
contraseña: 4601

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

Noviembre

Sin lactosa SL, sin azúcar

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta integral a la napolitana SL (1,3,6,10) Merluza en salsa mery (4,12) *104 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	3 Garbanzos con verduras al curry (1,10,12) *267 kcal* Tortilla de patata (3) *232 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	4 Arroz con salsa de tomate casera (12) *360 kcal* Longanizas al horno (12) *231 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	5 Guisado de patata, judía verde y magro *159 kcal* Salmón horneado al eneldo (4) *127 kcal* Brócoli al vapor *45 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	6 Crema bretona (12) *96 kcal* Pollo al horno estilo provenzal (12) *54 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)
9 Ensalada completa con atún (4) Plumas integrales a la boloñesa vegetal (1,3*,6,8*,11*) *419 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	10 Guiso de pota (2*,4,12,13) *202 kcal* Magro en salsa de la abuela (12) *88 kcal* Pisto de verduras *75 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	11 Paella de verduras (12) *370 kcal* Abadejo en salsa verde (2*,4,12,13*) *113 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	12 Potaje de garbanzos *318 kcal* Panini casero de tomate y jamón (1,6,10*) Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	13 Crema de verduras *162 kcal* Contramuslo de pollo en salsa de champiñones *50 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)
16 Lentejas ECO con jamón (1*,12) *298 kcal* Tortilla de atún (3,4) *148 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	17 Sopa de lluvia (1,3*,6*,10*) *192 kcal* Albóndigas al curry (1,6,10,12) *217 kcal* Menestra de verduras Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	18 Arroz tres delicias SL (2*,3,4,6,13*) Palometa horneada al pimentón (4,12) *143 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	19 Crema de calabaza *127 kcal* Pollo a la mostaza (10) *65 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	20 Alubias con verduras (12) *77 kcal* Merluza a la andaluza casera (1,2*,4,6*,10*,13*) *158 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)
23 Espaguetis integrales con tomate y champiñones SL (1,3*,6,10*) Ventresca de merluza al limón (4) *105 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	24 Olleta alicantina (1*) *320 kcal* Tortilla francesa (3) *137 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	25 Arroz a la milanesa *357 kcal* Tosta de hummus y pimentón SL (1,3*,8*,11*,12) Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	26 Guiso de patata y verduras *193 kcal* Boquerón rebozado casero (1,2*,4,6*,10*,13*) *169 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	27 Crema de zanahoria con garbanzos *280 kcal* Pollo horneado a las finas hierbas *56 kcal* Verduras asadas *73 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)
30 Lentejas ECO guisadas con hortalizas de temporada (1*) *338 kcal* Tortilla de pavo (3,6*) *128 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)				

Servalia

Leyenda de alérgenos:

1 GLUTEN
2 CRUSTÁCEOS
3 HUEVOS
4 PESCADO
5 CACAHUETES
6 SOJA
7 LACTEOS
8 FRUTOS DE CÁSCARA
9 APIO
10 MOSTAZA
11 SÉSAMO
12 E-X SULFITOS
13 MOLUSCOS
14 ALTRAMUCES

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: avemaria
contraseña: 4601

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

Noviembre

Sin manzana, sin melocotón

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta integral a la napolitana (1,3*,6*,7,10*) *372 kcal* Merluza en salsa mery (4,12) *104 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**3** Garbanzos con verduras al curry (1,10,12) *267 kcal* Tortilla de patata (3) *232 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**4** Arroz con salsa de tomate casera (12) *360 kcal* Longanizas al horno (12) *231 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**5** Guisado de patata, judía verde y magro *159 kcal* Salmón horneado al eneldo (4) *127 kcal* Brócoli al vapor *45 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**6** Crema bretona (12) *96 kcal* Pollo al horno estilo provenzal (12) *54 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Yogur artesano natural (7) Pan blanco (1)
9 Ensalada completa con atún y queso (4,7,9*) *119 kcal* Plumas integrales a la boloñesa vegetal (1,3*,6,8*,11*) *419 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**10** Guiso de pota (2*,4,12,13) *202 kcal* Magro en salsa de la abuela (12) *88 kcal* Pisto de verduras *75 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**11** Paella de verduras (12) *370 kcal* Abadejo en salsa verde (2*,4,12,13*) *113 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**12** Potaje de garbanzos *318 kcal* Pizza de jamón york y queso (1,6,7,10) Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**13** Vichyssoise (7) *116 kcal* Contramuslo de pollo en salsa de champiñones *50 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Yogur artesano natural (7) Pan blanco (1)
16 Lentejas ECO con jamón (1*,12) *298 kcal* Tortilla de atún (3,4) *148 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**17** Sopa de lluvia (1,3*,6*,10*) *192 kcal* Albóndigas al curry (1,6,10,12) *217 kcal* Menestra de verduras Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**18** Arroz tres delicias (2*,3,4*,6,7*,8*,9*,12*) *138 kcal* Palometa horneada al pimentón (4,12) *143 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**19** Crema de calabaza *127 kcal* Pollo a la mostaza (10) *65 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**20** Alubias con verduras (12) *77 kcal* Merluza a la andaluza (1,2*,3,4,6*,7*,12*,13) *188 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Yogur artesano natural (7) Pan blanco (1)
23 Espaguetis integrales a la carbonara (1,3*,6,7,10*) *367 kcal* Ventresca de merluza al limón (4) *105 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**24** Olleta alicantina (1*) *320 kcal* Tortilla de queso (3,7) *134 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**25** Arroz a la milanesa *357 kcal* Tosta de hummus y pimentón (1,3*,7*,8*,11*,12) *139 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**26** Guiso de patata y verduras *193 kcal* Boquerón rebozado casero (1,2*,4,6*,10*,13*) *169 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**27** Crema de zanahoria con garbanzos *280 kcal* Pollo horneado a las finas hierbas *56 kcal* Verduras asadas *73 kcal* Yogur artesano natural (7) Pan blanco (1)
30 Lentejas ECO guisadas con hortalizas de temporada (1*) *338 kcal* Tortilla de pavo (3,6*) *128 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)				

Servalia

Leyenda de alérgenos:

1 GLUTEN
2 CRUSTÁCEOS
3 HUEVOS
4 PESCADO
5 CACAHUETES
6 SOJA
7 LACTEOS
8 FRUTOS DE CÁSCARA
9 APIO
10 MOSTAZA
11 SÉSAMO
12 E-X SULFITOS
13 MOLUSCOS
14 ALTRAMUCES

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: avemaria
contraseña: 4601

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

AENOR AENOR AENOR AENOR

Noviembre

Sin melocotón, sin mostaza (sí trazas)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta integral a la napolitana (1,3*,6*,7,10*) *372 kcal* Merluza en salsa mery (4,12) *104 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**3** Garbanzos con verduras al curry (1,10,12) *267 kcal* Tortilla de patata (3) *232 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**4** Arroz con salsa de tomate casera (12) *360 kcal* Longanizas al horno (12) *231 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**5** Guisado de patata, judía verde y magro *159 kcal* Salmón horneado al eneldo (4) *127 kcal* Brócoli al vapor *45 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**6** Crema bretona (12) *96 kcal* Pollo al horno estilo provenzal (12) *54 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Yogur artesano natural (7) Pan blanco (1)
9 Ensalada completa con atún y queso (4,7,9*) *119 kcal* Plumas integrales a la boloñesa vegetal (1,3*,6,8*,11*) *419 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**10** Guiso de pota (2*,4,12,13) *202 kcal* Magro en salsa de la abuela (12) *88 kcal* Pisto de verduras *75 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**11** Paella de verduras (12) *370 kcal* Abadejo en salsa verde (2*,4,12,13*) *113 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**12** Potaje de garbanzos *318 kcal* Pizza de jamón york y queso (1,6,7,10) Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**13** Vichyssoise (7) *116 kcal* Contramuslo de pollo en salsa de champiñones *50 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Yogur artesano natural (7) Pan blanco (1)
16 Lentejas ECO con jamón (1*,12) *298 kcal* Tortilla de atún (3,4) *148 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**17** Sopa de lluvia (1,3*,6*,10*) *192 kcal* Albóndigas al curry (1,6,10,12) *217 kcal* Menestra de verduras Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**18** Arroz tres delicias (2*,3,4*,6,7*,8*,9*,12*) *138 kcal* Palometa horneada al pimentón (4,12) *143 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**19** Crema de calabaza *127 kcal* Pechuga de pollo a la plancha *122 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**20** Alubias con verduras (12) *77 kcal* Merluza a la andaluza (1,2*,3,4,6*,7*,12*,13) *188 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Yogur artesano natural (7) Pan blanco (1)
23 Espaguetis integrales a la carbonara (1,3*,6,7,10*) *367 kcal* Ventresca de merluza al limón (4) *105 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**24** Olleta alicantina (1*) *320 kcal* Tortilla de queso (3,7) *134 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**25** Arroz a la milanesa *357 kcal* Tosta de hummus y pimentón (1,3*,7*,8*,11*,12) *139 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**26** Guiso de patata y verduras *193 kcal* Boquerón rebozado casero (1,2*,4,6*,10*,13*) *169 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**27** Crema de zanahoria con garbanzos *280 kcal* Pollo horneado a las finas hierbas *56 kcal* Verduras asadas *73 kcal* Yogur artesano natural (7) Pan blanco (1)
30 Lentejas ECO guisadas con hortalizas de temporada (1*) *338 kcal* Tortilla de pavo (3,6*) *128 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)				

Servalia

Leyenda de alérgenos:

1 GLUTEN
2 CRUSTÁCEOS
3 HUEVOS
4 PESCADO
5 CACAHUETES
6 SOJA
7 LACTEOS
8 FRUTOS DE CÁSCARA
9 APIO
10 MOSTAZA
11 SÉSAMO
12 E-X SULFITOS
13 MOLUSCOS
14 ALTRAMUCES

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: avemaria
contraseña: 4601

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

Noviembre

Sin merluza

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta integral a la napolitana (1,3*,6*,7,10*) *372 kcal* Abadejo en salsa Mery (2,4,13) Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**3** Garbanzos con verduras al curry (1,10,12) *267 kcal* Tortilla de patata (3) *232 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**4** Acelgas rehogadas Longanizas al horno (12) *231 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**5** Guisado de patata, judía verde y magro *159 kcal* Salmón horneado al eneldo (4) *127 kcal* Brócoli al vapor *45 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**6** Crema bretona (12) *96 kcal* Pollo al horno estilo provenzal (12) *54 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Yogur artesano natural (7) Pan blanco (1)
9 Ensalada completa con atún y queso (4,7,9*) *119 kcal* Plumas integrales a la boloñesa vegetal (1,3*,6,8*,11*) *419 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**10** Guiso de pota (2*,4,12,13) *202 kcal* Magro en salsa de la abuela (12) *88 kcal* Pisto de verduras *75 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**11** Paella de verduras (12) *370 kcal* Abadejo en salsa verde (2*,4,12,13*) *113 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**12** Potaje de garbanzos *318 kcal* Pizza de jamón york y queso (1,6,7,10) Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**13** Vichyssoise (7) *116 kcal* Contramuslo de pollo en salsa de champiñones *50 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Yogur artesano natural (7) Pan blanco (1)
16 Lentejas ECO con jamón (1*,12) *298 kcal* Tortilla de atún (3,4) *148 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**17** Sopa de lluvia (1,3*,6*,10*) *192 kcal* Albóndigas al curry (1,6,10,12) *217 kcal* Menestra de verduras Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**18** Arroz tres delicias (2*,3,4*,6,7*,8*,9*,12*) *138 kcal* Palometa horneada al pimentón (4,12) *143 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**19** Crema de calabaza *127 kcal* Pollo a la mostaza (10) *65 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**20** Alubias con verduras (12) *77 kcal* Pescado a la andaluza (1,2*,4,6*,10,13*) Ensalada variada *79 kcal* Yogur artesano natural (7) Pan blanco (1)
23 Espaguetis integrales a la carbonara (1,3*,6,7,10*) *367 kcal* Abadejo al limón (2*,4,13*) Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**24** Olleta alicantina (1*) *320 kcal* Tortilla de queso (3,7) *134 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**25** Arroz a la milanesa *357 kcal* Tosta de hummus y pimentón (1,3*,7*,8*,11*,12) *139 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**26** Guiso de patata y verduras *193 kcal* Boquerón rebozado casero (1,2*,4,6*,10*,13*) *169 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**27** Crema de zanahoria con garbanzos *280 kcal* Pollo horneado a las finas hierbas *56 kcal* Verduras asadas *73 kcal* Yogur artesano natural (7) Pan blanco (1)
30 Lentejas ECO guisadas con hortalizas de temporada (1*) *338 kcal* Tortilla de pavo (3,6*) *128 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)				

Servalia

Leyenda de alérgenos:

1 GLUTEN
2 CRUSTÁCEOS
3 HUEVOS
4 PESCADO
5 CACAHUETES
6 SOJA
7 LACTEOS
8 FRUTOS DE CÁSCARA
9 APIO
10 MOSTAZA
11 SÉSAMO
12 E-X SULFITOS
13 MOLUSCOS
14 ALTRAMUCES

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: avemaria
contraseña: 4601

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

AENOR AENOR AENOR AENOR

Noviembre

Sin pescado, sin lentejas

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta integral a la napolitana (1,3*,6*,7,10*) *372 kcal* Pechuga de pollo a la plancha *122 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	3 Garbanzos con verduras al curry (1,10,12) *267 kcal* Tortilla de patata (3) *232 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	4 Arroz con salsa de tomate casera (12) *360 kcal* Longanizas al horno (12) *231 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	5 Guisado de patata, judía verde y magro *159 kcal* Tortilla francesa (3) *137 kcal* Brócoli al vapor *45 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	6 Crema bretona (12) *96 kcal* Pollo al horno estilo provenzal (12) *54 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Yogur artesano natural (7) Pan blanco (1)
9 Ensalada completa con queso (7,9*) *50 kcal* Plumas integrales a la boloñesa vegetal (1,3*,6,8*,11*) *419 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	10 Guiso de patata y verdura Magro en salsa de la abuela (12) *88 kcal* Pisto de verduras *75 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	11 Paella de verduras (12) *370 kcal* Revuelto de calabacín (3) Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	12 Potaje de garbanzos *318 kcal* Pizza de jamón york y queso (1,6,7,10) Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	13 Vichyssoise (7) *116 kcal* Contramuslo de pollo en salsa de champiñones *50 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Yogur artesano natural (7) Pan blanco (1)
16 Garbanzos con jamón Tortilla francesa (3) *137 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	17 Sopa de lluvia (1,3*,6*,10*) *192 kcal* Albóndigas al curry (1,6,10,12) *217 kcal* Menestra de verduras Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	18 Arroz tres delicias (sin pescado ni marisco) (3,6*) Revuelto de verduras (3) Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	19 Crema de calabaza *127 kcal* Pollo a la mostaza (10) *65 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	20 Alubias con verduras (12) *77 kcal* Lomo a la plancha Ensalada variada *79 kcal* Yogur artesano natural (7) Pan blanco (1)
23 Espaguetis integrales a la carbonara (1,3*,6,7,10*) *367 kcal* Lomo a la plancha Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	24 Olleta alicantina sin lentejas Tortilla de queso (3,7) *134 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	25 Arroz a la milanesa *357 kcal* Tosta de hummus y pimentón (1,3*,7*,8*,11*,12) *139 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	26 Guiso de patata y verduras *193 kcal* Tortilla de calabacín (3) *111 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	27 Crema de zanahoria con garbanzos *280 kcal* Pollo horneado a las finas hierbas *56 kcal* Verduras asadas *73 kcal* Yogur artesano natural (7) Pan blanco (1)
30 Alubias guisadas con hortalizas de temporada Tortilla de pavo (3,6*) *128 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)				

Servalia

Leyenda de alérgenos:

1 GLUTEN
2 CRUSTÁCEOS
3 HUEVOS
4 PESCADO
5 CACAHUETES
6 SOJA
7 LACTEOS
8 FRUTOS DE CÁSCARA
9 APIO
10 MOSTAZA
11 SÉSAMO
12 E-X SULFITOS
13 MOLUSCOS
14 ALTRAMUCES

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: avemaria
contraseña: 4601

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

Noviembre

Sin pescado, sin marisco

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta integral a la napolitana (1,3*,6*,7,10*) *372 kcal* Pechuga de pollo a la plancha *122 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	3 Garbanzos con verduras al curry (1,10,12) *267 kcal* Tortilla de patata (3) *232 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	4 Arroz con salsa de tomate casera (12) *360 kcal* Longanizas al horno (12) *231 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	5 Guisado de patata, judía verde y magro *159 kcal* Tortilla francesa (3) *137 kcal* Brócoli al vapor *45 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	6 Crema bretona (12) *96 kcal* Pollo al horno estilo provenzal (12) *54 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Yogur artesano natural (7) Pan blanco (1)
9 Ensalada completa con queso (7,9*) *50 kcal* Plumas integrales a la boloñesa vegetal (1,3*,6,8*,11*) *419 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	10 Guiso de patata y verduras *193 kcal* Magro en salsa de la abuela (12) *88 kcal* Pisto de verduras *75 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	11 Paella de verduras (12) *370 kcal* Revuelto de calabacín (3) Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	12 Potaje de garbanzos *318 kcal* Pizza de jamón york y queso (1,6,7,10) Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	13 Vichyssoise (7) *116 kcal* Contramuslo de pollo en salsa de champiñones *50 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Yogur artesano natural (7) Pan blanco (1)
16 Lentejas ECO con jamón (1*,12) *298 kcal* Tortilla francesa (3) *137 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	17 Sopa de lluvia (1,3*,6*,10*) *192 kcal* Albóndigas al curry (1,6,10,12) *217 kcal* Menestra de verduras Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	18 Arroz tres delicias (sin pescado ni marisco) (3,6*) Revuelto de verduras (3) Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	19 Crema de calabaza *127 kcal* Pollo a la mostaza (10) *65 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	20 Alubias con verduras (12) *77 kcal* Lomo a la plancha Ensalada variada *79 kcal* Yogur artesano natural (7) Pan blanco (1)
23 Espaguetis integrales a la carbonara (1,3*,6,7,10*) *367 kcal* Lomo a la plancha Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	24 Olleta alicantina (1*) *320 kcal* Tortilla de queso (3,7) *134 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	25 Arroz a la milanesa *357 kcal* Tosta de hummus y pimentón (1,3*,7*,8*,11*,12) *139 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	26 Guiso de patata y verduras *193 kcal* Tortilla de calabacín (3) *111 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	27 Crema de zanahoria con garbanzos *280 kcal* Pollo horneado a las finas hierbas *56 kcal* Verduras asadas *73 kcal* Yogur artesano natural (7) Pan blanco (1)
30 Lentejas ECO guisadas con hortalizas de temporada (1*) *338 kcal* Tortilla de pavo (3,6*) *128 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)				

Servalia

Leyenda de alérgenos:

1 GLUTEN
2 CRUSTÁCEOS
3 HUEVOS
4 PESCADO
5 CACAHUETES
6 SOJA
7 LACTEOS
8 FRUTOS DE CÁSCARA
9 APIO
10 MOSTAZA
11 SÉSAMO
12 E-X SULFITOS
13 MOLUSCOS
14 ALTRAMUCES

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: avemaria
contraseña: 4601

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

AENOR AENOR AENOR AENOR

Noviembre

Sin proteína de la vaca (SPLV)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta integral a la napolitana SPLV (1,3,6,10) Merluza en salsa mery (4,12) *104 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**3** Garbanzos con verduras al curry (1,10,12) *267 kcal* Tortilla de patata (3) *232 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**4** Arroz con salsa de tomate casera (12) *360 kcal* Lomo a la plancha Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**5** Guisado de patata, judía verde y magro *159 kcal* Salmón horneado al eneldo (4) *127 kcal* Brócoli al vapor *45 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**6** Crema bretona (12) *96 kcal* Pollo al horno estilo provenzal (12) *54 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)
9 Ensalada completa con atún (4) Plumas integrales a la boloñesa vegetal (1,3*,6,8*,11*) *419 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**10** Guiso de pota (2*,4,12,13) *202 kcal* Magro en salsa de la abuela (12) *88 kcal* Pisto de verduras *75 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**11** Paella de verduras (12) *370 kcal* Abadejo en salsa verde (2*,4,12,13*) *113 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**12** Potaje de garbanzos *318 kcal* Panini casero de tomate y jamón (1,6,10*) Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**13** Crema de verduras *162 kcal* Contramuslo de pollo en salsa de champiñones *50 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)
16 Lentejas ECO con jamón (1*,12) *298 kcal* Tortilla de atún (3,4) *148 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**17** Sopa de lluvia (1,3*,6*,10*) *192 kcal* Tacos de magro en salsa Menestra de verduras Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**18** Arroz tres delicias SPLV (3,6*) Palometa horneada al pimentón (4,12) *143 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**19** Crema de calabaza *127 kcal* Pollo a la mostaza (10) *65 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**20** Alubias con verduras (12) *77 kcal* Merluza a la andaluza casera (1,2*,4,6*,10*,13*) *158 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)
23 Espaguetis integrales con tomate y champiñones SL (1,3*,6,10*) Ventresca de merluza al limón (4) *105 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**24** Olleta alicantina (1*) *320 kcal* Tortilla francesa (3) *137 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**25** Arroz a la milanesa *357 kcal* Tosta de hummus y pimentón SL (1,3*,8*,11*,12) Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**26** Guiso de patata y verduras *193 kcal* Boquerón rebozado casero (1,2*,4,6*,10*,13*) *169 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**27** Crema de zanahoria con garbanzos *280 kcal* Pollo horneado a las finas hierbas *56 kcal* Verduras asadas *73 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)
30 Lentejas ECO guisadas con hortalizas de temporada (1*) *338 kcal* Tortilla de pavo (3,6*) *128 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)				

Servalia

Leyenda de alérgenos:

1 GLUTEN
2 CRUSTÁCEOS
3 HUEVOS
4 PESCADO
5 CACAHUETES
6 SOJA
7 LACTEOS
8 FRUTOS DE CÁSCARA
9 APIO
10 MOSTAZA
11 SÉSAMO
12 E-X SULFITOS
13 MOLUSCOS
14 ALTRAMUCES

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: avemaria
contraseña: 4601

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

AENOR AENOR AENOR AENOR

Noviembre

Sin proteína de la vaca SPLV, sin huevo SH (sí trazas huevo)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta integral a la napolitana SPLV (1,3,6,10) Merluza en salsa mery (4,12) *104 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**3** Garbanzos con verduras al curry (1,10,12) *267 kcal* Pechuga de pollo a la plancha *122 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**4** Arroz con salsa de tomate casera (12) *360 kcal* Lomo a la plancha Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**5** Guisado de patata, judía verde y magro *159 kcal* Salmón horneado al eneldo (4) *127 kcal* Brócoli al vapor *45 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**6** Crema bretona (12) *96 kcal* Pollo al horno estilo provenzal (12) *54 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)
9 Ensalada completa con atún (4) Plumas integrales a la boloñesa vegetal (1,3*,6,8*,11*) *419 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**10** Guiso de pota (2*,4,12,13) *202 kcal* Magro en salsa de la abuela (12) *88 kcal* Pisto de verduras *75 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**11** Paella de verduras (12) *370 kcal* Abadejo en salsa verde (2*,4,12,13*) *113 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**12** Potaje de garbanzos *318 kcal* Panini casero de tomate y jamón (1,6,10*) Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**13** Crema de verduras Contramuslo de pollo en salsa de champiñones *50 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)
16 Lentejas ECO con jamón (1*,12) *298 kcal* Pechuga de pollo a la plancha *122 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**17** Sopa de lluvia (1,3*,6*,10*) *192 kcal* Tacos de magro en salsa Menestra de verduras Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**18** Arroz tres delicias SH (6) Palometa horneada al pimentón (4,12) *143 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**19** Crema de calabaza *127 kcal* Pollo a la mostaza (10) *65 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**20** Alubias con verduras (12) *77 kcal* Merluza a la andaluza SPLV (1,2*,4,6*,10*,12*,13*) Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)
23 Espaguetis integrales con tomate y champiñones SL (1,3*,6,10*) Ventresca de merluza al limón (4) *105 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**24** Olleta alicantina (1*) *320 kcal* Lomo a la plancha Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**25** Arroz a la milanesa *357 kcal* Tosta de hummus y pimentón SL (1,3*,8*,11*,12) Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**26** Guiso de patata y verduras *193 kcal* Boquerón rebozado casero (1,2*,4,6*,10*,13*) *169 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**27** Crema de zanahoria con garbanzos *280 kcal* Pollo horneado a las finas hierbas *56 kcal* Verduras asadas *73 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)
30 Lentejas ECO guisadas con hortalizas de temporada (1*) *338 kcal* Merluza al horno (2*,4,12,13*) *105 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)				

Servalia

Leyenda de alérgenos:

1 GLUTEN
2 CRUSTÁCEOS
3 HUEVOS
4 PESCADO
5 CACAHUETES
6 SOJA
7 LACTEOS
8 FRUTOS DE CÁSCARA
9 APIO
10 MOSTAZA
11 SÉSAMO
12 E-X SULFITOS
13 MOLUSCOS
14 ALTRAMUCES

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: avemaria
contraseña: 4601

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

Noviembre

Sin proteína de la vaca SPLV, sin huevo SH, sin soja, sin cucurbitaceae (calabaza,calabacín,sandía,melón,pepino,)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta a la napolitana SH/SPLV/SS Merluza en salsa mery (4,12) *104 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**3** Garbanzos con verduras al curry (1,10,12) *267 kcal* Pechuga de pollo a la plancha *122 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**4** Arroz con salsa de tomate casera (12) *360 kcal* Lomo a la plancha Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**5** Guisado de patata, judía verde y magro *159 kcal* Salmón horneado al eneldo (4) *127 kcal* Brócoli al vapor *45 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**6** Crema bretona (12) *96 kcal* Pollo al horno estilo provenzal (12) *54 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)
9 Ensalada completa con atún (4) Pasta con salsa boloñesa SH/SPLV/SS Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**10** Guiso de pota (2*,4,12,13) *202 kcal* Magro en salsa de la abuela (12) *88 kcal* Pisto de verduras *75 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**11** Paella de verduras (12) *370 kcal* Abadejo en salsa verde (2*,4,12,13*) *113 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**12** Potaje de garbanzos *318 kcal* Panini casero de tomate y atún SPLV/SH/SS (4) Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**13** Vichyssoise (7) *116 kcal* Contramuslo de pollo en salsa de champiñones *50 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)
16 Lentejas ECO con jamón (1*,12) *298 kcal* Pechuga de pollo a la plancha *122 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**17** Sopa con pasta SH/SS Tacos de magro en salsa Menestra de verduras Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**18** Arroz tres delicias SH (6) Palometa horneada al pimentón (4,12) *143 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**19** Crema de verduras permitidas Pollo a la mostaza (10) *65 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**20** Alubias con verduras (12) *77 kcal* Merluza al horno (2*,4,12,13*) *105 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)
23 Pasta con tomate y champiñones SPLV/SH/SS Ventresca de merluza al limón (4) *105 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**24** Olleta alicantina (1*) *320 kcal* Lomo a la plancha Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**25** Arroz a la milanesa *357 kcal* Tosta de hummus y pimentón SH/SS/SPLV (11) Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**26** Guiso de patata y verduras *193 kcal* Boquerones al horno (2,4,13) Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**27** Crema de zanahoria con garbanzos *280 kcal* Pollo horneado a las finas hierbas *56 kcal* Verduras asadas *73 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)
30 Lentejas ECO guisadas con hortalizas de temporada (1*) *338 kcal* Merluza al horno (2*,4,12,13*) *105 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)				

Servalia

Leyenda de alérgenos:

1 GLUTEN
2 CRUSTÁCEOS
3 HUEVOS
4 PESCADO
5 CACAHUETES
6 SOJA
7 LACTEOS
8 FRUTOS DE CÁSCARA
9 APIO
10 MOSTAZA
11 SÉSAMO
12 E-X SULFITOS
13 MOLUSCOS
14 ALTRAMUCES

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: avemaria
contraseña: 4601

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

Noviembre

Sin proteína de la vaca
SPLV, sin plátano

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta integral a la napolitana SPLV (1,3,6,10) Merluza en salsa mery (4,12) *104 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**3** Garbanzos con verduras al curry (1,10,12) *267 kcal* Tortilla de patata (3) *232 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**4** Arroz con salsa de tomate casera (12) *360 kcal* Lomo a la plancha Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**5** Guisado de patata, judía verde y magro *159 kcal* Salmón horneado al eneldo (4) *127 kcal* Brócoli al vapor *45 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**6** Crema bretona (12) *96 kcal* Pollo al horno estilo provenzal (12) *54 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)
9 Ensalada completa con atún (4) Plumas integrales a la boloñesa vegetal (1,3*,6,8*,11*) *419 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**10** Guiso de pota (2*,4,12,13) *202 kcal* Magro en salsa de la abuela (12) *88 kcal* Pisto de verduras *75 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**11** Paella de verduras (12) *370 kcal* Abadejo en salsa verde (2*,4,12,13*) *113 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**12** Potaje de garbanzos *318 kcal* Panini casero de tomate y jamón (1,6,10*) Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**13** Crema de verduras *162 kcal* Contramuslo de pollo en salsa de champiñones *50 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)
16 Lentejas ECO con jamón (1*,12) *298 kcal* Tortilla de atún (3,4) *148 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**17** Sopa de lluvia (1,3*,6*,10*) *192 kcal* Tacos de magro en salsa Menestra de verduras Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**18** Arroz tres delicias SPLV (3,6*) Palometa horneada al pimentón (4,12) *143 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**19** Crema de calabaza *127 kcal* Pollo a la mostaza (10) *65 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**20** Alubias con verduras (12) *77 kcal* Merluza a la andaluza casera (1,2*,4,6*,10*,13*) *158 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)
23 Espaguetis integrales con tomate y champiñones SL (1,3*,6,10*) Ventresca de merluza al limón (4) *105 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**24** Olleta alicantina (1*) *320 kcal* Tortilla francesa (3) *137 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**25** Arroz a la milanesa *357 kcal* Tosta de hummus y pimentón SL (1,3*,8*,11*,12) Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**26** Guiso de patata y verduras *193 kcal* Boquerón rebozado casero (1,2*,4,6*,10*,13*) *169 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**27** Crema de zanahoria con garbanzos *280 kcal* Pollo horneado a las finas hierbas *56 kcal* Verduras asadas *73 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)
30 Lentejas ECO guisadas con hortalizas de temporada (1*) *338 kcal* Tortilla de pavo (3,6*) *128 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)				

Servalia

Leyenda de alérgenos:

1 GLUTEN
2 CRUSTÁCEOS
3 HUEVOS
4 PESCADO
5 CACAHUETES
6 SOJA
7 LACTEOS
8 FRUTOS DE CÁSCARA
9 APIO
10 MOSTAZA
11 SÉSAMO
12 E-X SULFITOS
13 MOLUSCOS
14 ALTRAMUCES

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: avemaria
contraseña: 4601

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

AENOR AENOR AENOR AENOR

Noviembre

Sin rosáceas, pera, manzana, melocotón, ciruela ni frutos rojos

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta integral a la napolitana (1,3*,6*,7,10*) *372 kcal* Merluza en salsa mery (4,12) *104 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**3** Garbanzos con verduras al curry (1,10,12) *267 kcal* Tortilla de patata (3) *232 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**4** Arroz con salsa de tomate casera (12) *360 kcal* Longanizas al horno (12) *231 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**5** Guisado de patata, judía verde y magro *159 kcal* Salmón horneado al eneldo (4) *127 kcal* Brócoli al vapor *45 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**6** Crema bretona (12) *96 kcal* Pollo al horno estilo provenzal (12) *54 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Yogur artesano natural (7) Pan blanco (1)
9 Ensalada completa con atún y queso (4,7,9*) *119 kcal* Plumas integrales a la boloñesa vegetal (1,3*,6,8*,11*) *419 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**10** Guiso de pota (2*,4,12,13) *202 kcal* Magro en salsa de la abuela (12) *88 kcal* Pisto de verduras *75 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**11** Paella de verduras (12) *370 kcal* Abadejo en salsa verde (2*,4,12,13*) *113 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**12** Potaje de garbanzos *318 kcal* Pizza de jamón york y queso (1,6,7,10) Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**13** Vichyssoise (7) *116 kcal* Contramuslo de pollo en salsa de champiñones *50 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Yogur artesano natural (7) Pan blanco (1)
16 Lentejas ECO con jamón (1*,12) *298 kcal* Tortilla de atún (3,4) *148 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**17** Sopa de lluvia (1,3*,6*,10*) *192 kcal* Albóndigas al curry (1,6,10,12) *217 kcal* Menestra de verduras Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**18** Arroz tres delicias (2*,3,4*,6,7*,8*,9*,12*) *138 kcal* Palometa horneada al pimentón (4,12) *143 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**19** Crema de calabaza *127 kcal* Pollo a la mostaza (10) *65 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**20** Alubias con verduras (12) *77 kcal* Merluza a la andaluza (1,2*,3,4,6*,7*,12*,13) *188 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Yogur artesano natural (7) Pan blanco (1)
23 Espaguetis integrales a la carbonara (1,3*,6,7,10*) *367 kcal* Ventresca de merluza al limón (4) *105 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**24** Olleta alicantina (1*) *320 kcal* Tortilla de queso (3,7) *134 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**25** Arroz a la milanesa *357 kcal* Tosta de hummus y pimentón (1,3*,7*,8*,11*,12) *139 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**26** Guiso de patata y verduras *193 kcal* Boquerón rebozado casero (1,2*,4,6*,10*,13*) *169 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**27** Crema de zanahoria con garbanzos *280 kcal* Pollo horneado a las finas hierbas *56 kcal* Verduras asadas *73 kcal* Yogur artesano natural (7) Pan blanco (1)
30 Lentejas ECO guisadas con hortalizas de temporada (1*) *338 kcal* Tortilla de pavo (3,6*) *128 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)				

Servalia

Leyenda de alérgenos:

1 GLUTEN
2 CRUSTÁCEOS
3 HUEVOS
4 PESCADO
5 CACAHUETES
6 SOJA
7 LACTEOS
8 FRUTOS DE CÁSCARA
9 APIO
10 MOSTAZA
11 SÉSAMO
12 E-X SULFITOS
13 MOLUSCOS
14 ALTRAMUCES

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: avemaria
contraseña: 4601

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

AENOR AENOR AENOR AENOR

Noviembre

SPLV, sin soja (sí trazas)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta integral a la napolitana SPLV (1,3,6,10) Merluza en salsa mery (4,12) *104 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**3** Garbanzos con verduras al curry (1,10,12) *267 kcal* Tortilla de patata (3) *232 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**4** Arroz con salsa de tomate casera (12) *360 kcal* Lomo a la plancha Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**5** Guisado de patata, judía verde y magro *159 kcal* Salmón horneado al eneldo (4) *127 kcal* Brócoli al vapor *45 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**6** Crema bretona (12) *96 kcal* Pollo al horno estilo provenzal (12) *54 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)
9 Ensalada completa con atún (4) Plumas integrales con salsa boloñesa (1,3*,6,10*,11*) Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**10** Guiso de pota (2*,4,12,13) *202 kcal* Magro en salsa de la abuela (12) *88 kcal* Pisto de verduras *75 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**11** Paella de verduras (12) *370 kcal* Abadejo en salsa verde (2*,4,12,13*) *113 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**12** Potaje de garbanzos *318 kcal* Panini casero con tomate y atún (1,4,6*,10*) Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**13** Crema de verduras *162 kcal* Contramuslo de pollo en salsa de champiñones *50 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)
16 Lentejas ECO con jamón (1*,12) *298 kcal* Tortilla de atún (3,4) *148 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**17** Sopa de lluvia (1,3*,6*,10*) *192 kcal* Tacos de magro en salsa Menestra de verduras Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**18** Arroz tres delicias sin jamón (3) Palometa horneada al pimentón (4,12) *143 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**19** Crema de calabaza *127 kcal* Pollo a la mostaza (10) *65 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**20** Alubias con verduras (12) *77 kcal* Merluza a la andaluza casera (1,2*,4,6*,10*,13*) *158 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)
23 Espaguetis integrales con tomate y champiñones SL (1,3*,6,10*) Ventresca de merluza al limón (4) *105 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**24** Olleta alicantina (1*) *320 kcal* Tortilla francesa (3) *137 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**25** Arroz a la milanesa *357 kcal* Tosta de hummus y pimentón SL (1,3*,8*,11*,12) Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)	**26** Guiso de patata y verduras *193 kcal* Boquerón rebozado casero (1,2*,4,6*,10*,13*) *169 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan integral (1)	**27** Crema de zanahoria con garbanzos *280 kcal* Pollo horneado a las finas hierbas *56 kcal* Verduras asadas *73 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)
30 Lentejas ECO guisadas con hortalizas de temporada (1*) *338 kcal* Tortilla de pavo (3,6*) *128 kcal* Ensalada variada *79 kcal* Fruta de temporada *90 kcal* Pan blanco (1)				

Servalia

Leyenda de alérgenos:

1 GLUTEN
2 CRUSTÁCEOS
3 HUEVOS
4 PESCADO
5 CACAHUETES
6 SOJA
7 LACTEOS
8 FRUTOS DE CÁSCARA
9 APIO
10 MOSTAZA
11 SÉSAMO
12 E-X SULFITOS
13 MOLUSCOS
14 ALTRAMUCES

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: avemaria
contraseña: 4601

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

AENOR AENOR AENOR AENOR