

# LA CARXOFA REINA DE TEMPORADA

# 2018 FEBRER

DILLUNES

DIENES

DIJOUS

DIVENDRES

**05**  
PÈSOLS AMB PATATA,  
TOMÀQUET I PERNIL  
-----  
FRICANDÓ DE VEDELLA DE  
**CARN SARGAIRE** AMB  
VERDURES FRESQUES  
-----  
FRUITA TEMPORADA

**06** ESPAGUETIS **ECO** A LA  
NAPOLITANA AMB FORMATGE  
RATLLAT  
-----  
LLOGANISSA DE **CAL**  
**ARELLANO** AMB ENCIAM I  
OLIVES  
-----  
IOGURT **CASA SIBILLÓ**

**07** CREMA DE PATATA I  
CARABASSÓ AMB CROSTONS  
CASOLANS  
-----  
**PEIX BLAU FRESC**  
AL FORN AMB PINYA FRESCA  
CAMEL·LITZADA I PEBROT  
VERMELL  
-----  
FRUITA TEMPORADA

**08**  
LLENTIES **ECO** ESTOFADES  
AMB VERDURES I **ARRÒS**  
**INTEGRAL ECO**  
-----  
HAMBURGUESA DE  
POLLASTRE AMB CARXOFA  
FRESCA AL CALIU  
-----  
IOGURT **CASA SIBILLÓ**

**09**  
ARRÒS DEL DELTA DE L'EBRE  
A LA CUBANA  
-----  
**PEIX BLANC FRESC**  
AL FORN AMB PATATA I  
CARABASSA  
-----  
FRUITA DE PROXIMITAT **ECO**

**12**  
CREMA DE BLEDES FRESQUES  
AMB PATATA I **CROSTONS**  
**CASOLANS**  
-----  
HAMBURGUESA DE VEDELLA  
DE **CARN SARGAIRE** AMB  
ENCIAM VARIAT  
-----  
FRUITA TEMPORADA

**13**  
ARRÒS **ECO** SALTAT AMB  
BOLETS I VERDURES  
-----  
PERNILETS DE POLLASTRE  
AMB SAMFAINA FRESCA  
-----  
IOGURT **CASA SIBILLÓ**

**14**  
FUMET DE PEIX CASOLÀ AMB  
LLETRES **ECO**  
-----  
**CASSOLETA PEIX BLANC**  
**FRESC** AMB MUSCLOS I  
PÈSOLS  
-----  
FRUITA TEMPORADA

**15**  
MONGETA, PATATA I  
PASTANAGA  
-----  
SALSITXES DE PORC AMB  
TOMÀQUET AL FORN AMB  
ORENGA  
-----  
IOGURT **CASA SIBILLÓ**

**16**  
CIGRONS ESTOFATS  
AMB VERDURETES  
-----  
**TRUITA DE BACALLÀ** AMB  
PATATA I AMANIDA  
-----  
FRUITA DE PROXIMITAT **ECO**

**19**  
TRINXAT DE COLIFLOR AMB  
ALLETS TENDRES  
-----  
ESCALOPA DE POLLASTRE AL  
FORN  
AMB ENCIAM I PASTANAGA  
FRESCA  
-----  
FRUITA TEMPORADA

**20**  
BROU DE POLLASTRE AMB  
PISTONS **ECO**  
-----  
MANDONGUILLES MIXTES  
**CAL ARELLANO** AMB  
SOFREGIT DE TOMÀQUET  
CASOLÀ  
-----  
IOGURT **CASA SIBILLÓ**

**21**  
ARRÒS **ECO** A LA CUBANA  
-----  
**PEIX BLANC FRESC**  
AL FORN AMB CEBA I PEBROT  
VERMELL CONFITAT  
-----  
FRUITA TEMPORADA

**22**  
CREMA DE PATATA I PORRO  
**ECO**  
-----  
RODÓ DE PORC DE **CAL**  
**ARELLANO** AMB SALSA DE  
PASTANAGA FRESCA  
-----  
IOGURT **CASA SIBILLÓ**

**23**  
LLENTIES **ECO** ESTOFADES  
AMB VERDURES I **ARRÒS**  
**INTEGRAL ECO**  
-----  
**PEIX BLANC FRESC**  
AL FORN AMB PATATES  
CONFITADES  
-----  
FRUITA DE PROXIMITAT **ECO**

**26**  
MONGETA VERDA AMB PATATA  
-----  
ESTOFAT DE VEDELLA DE  
**CARN SARGAIRE** AMB  
CARXOFA FRESCA I PATATA  
-----  
FRUITA TEMPORADA

**27**  
ARRÒS **ECO** AMB SOFREGIT  
CASOLÀ  
DE TOMÀQUET  
-----  
POLLASTRE A LA PLANXA AMB  
ENCIAM I OLIVES  
-----  
IOGURT **CASA SIBILLÓ**

**28**  
MACARRONS **ECO** SALTATS  
AMB ALLETS I PERNIL SALAT  
-----  
**PEIX BLAU FRESC**  
AL FORN A L'ORIO AMB  
PEBROT VERMELL  
-----  
FRUITA TEMPORADA

## SABIES QUE...?

La carxofa és planta plurianual que **dóna fruits mengívols a l'hivern i la primavera**. L'arrel perviu molts anys a terra, és a dir, que estarà un temps a l'hort.

**TÈCNIC EN DIETÈTICA I NUTRICIÓ:**  
MIREIA ESPACHS CALVET

**SERCODAGA**  
SERVEIS A COL·LECTIVITATS

### GUINEM AMB PRODUCTES DE PROXIMITAT:

Oli d'Oliva Verge Extra D.O. Les Garrigues, sal ecològica, verdures de temporada dels pagesos de la província de Lleida, carn de proximitat i carn ecològica, peix fresc de temporada de la zona del Cantàbric i del Mediterrani, iogurts artesans del Segrià.



ESTIGUES AL DIA:



www.sercodaga.com  
facebook.com/sercodaga