

Menú

INSTITUT GUINDÀVOLS

FRESH EVERY DAY

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

GENER
2019

01

FESTA

02

FESTA

03

FESTA

04

FESTA

07

FESTA

08

ENDIVIES AMB SALSA
ROQUEFORT

LLENTIES **ECO** ESTOFADES
AMB ARRÓS INTEGRAL **ECO** I
VERDURES DE TEMPORADA

TRUITA AMB PATATA,
CARABASSÓ I CEBA AMB
FORMATGE GRATINAT

IOGURT **LA FAGEDA**

09

AMANIDA AMB ALVOCAT I
VERDURES ESCALIVADES

MACARRONS DE **LA PERLA
DEL SEGRE** A LA CARBONARA

PEIX BLAU FRESC A LA
MILANESA AMB TOMÀQUET AL
FORN

FRUITA TEMPORADA

10

GAMBES AL FORN AMB PICADA
D'ALL I JULIVERT

TRINXAT DE **LA Cerdanya**
AMB ALLS TENDRES

FRICANDÓ DE VEDELLA **CARN
SARGAIRE** AMB VERDURES DE
TEMPORADA

IOGURT **CASA SIBILLÓ**

11

AMANIDA DE L'HORTA DE
LLEIDA

BROU DE POLLASTRE AMB
PILOTES I LLETRES **ECO**

PEIX BLANC FRESC
AL FORN AMB LLESQUES DE
PATATA

FRUITA TEMPORADA

14

QUINOA SALTADA AMB BOLETS
I ESPINACS

CREMA DE CARABASSA DE
LLEIDA AMB **CROSTONS
CASOLANS**

HAMBURGUESA D'ESPINACS I
GALL D'INDI AMB CEBA
CAREMELITZADA

FRUITA TEMPORADA

15

AMANIDA AMB MONGETA
VERDA RODONA

ESPAGUETIS **ECO** AMB
SOFREGIT DE TOMÀQUET I
FORMATGE RALLAT

PIT DE POLLASTRE A LA
MILANESA AMB PEBROT DEL
PADRON

IOGURT **CASA SIBILLÓ**

16

ESPÀRRECS BLANCs AMB
TONYINA EN ESCABETX
CASOLÀ

ESTOFAT DE CIGRONS I
ESPINACS

PEIX BLANC FRESC
AL FORN AMB DAUS DE
TOMÀQUET FRESC

FRUITA TEMPORADA

17

NAVALLES AL FORN AMB OLI
DE TOMÀQUET I ALFÀBREGA

BROÛIL VERD AMB PATATA

RODÓ DE PORC DE
CAL ARELLANO AMB SALSA DE
XAMPINYONS

FLAM **LA FAGEDA**

18

AMANIDA AMB CEBA TENDRA I
TOMÀQUET FRESC

PAELLA D'ARRÓS **ECO** AMB
VERDURES DE TEMPORADA

PEIX BLAU FRESC
AMB CEBA CONFITADA I
FORMATGE FOS

FRUITA TEMPORADA

21

AMANIDA AMB PERA DE
LLEIDA, PANSES I NOUS

FIDEUS A LA CASSOLA AMB
DAUS DE POLLASTRE

LLONGANISSA DE **CAL
ARELLANO** AMB BOLETS
SALTATS

FRUITA TEMPORADA

22

GAMBES A L'ALLET

LLENTIES **ECO** ESTOFADES
AMB ARRÓS INTEGRAL **ECO** I
VERDURES DE TEMPORADA

POLLASTRE AL FORN AMB
VERDURES DE TEMPORADA

IOGURT **CASA SIBILLÓ**

23

AMANIDA D'ESCAROLA AMB
TOMÀQUET XERRI I BACALLÀ

ARRÓS DEL **DELTA DE L'EBRE**
AMB SOFREGIT DE TOMÀQUET

PEIX BLAU FRESC
AL FORN AMB CEBA
CONFITADA

FRUITA TEMPORADA

24

CARAGOLS A LA GORMANDA

CREMA DE CARABASSÓ AMB
CROSTONS CASOLANS

ESTOFAT DE VEDELLA **CARN
SARGAIRE** AMB PASTANAGA I
XAMPINYONS

IOGURT **CASA SIBILLÓ**

25

AMANIDA AMB POMA DE LLEIDA
I FORMATGE

MINISTRA DE VERDURES DE
TEMPORADA

PEIX BLANC FRESC
A LA MILANESA AMB
TOMÀQUET AL CALIU

FRUITA TEMPORADA

28

BROÛIL AMB PATATA

ARRÓS DEL **DELTA DE L'EBRE**
AMB SOFREGIT DE TOMÀQUET

WOK DE VEDELLA, PEBROT,
CEBA I BOLETS

FRUITA TEMPORADA

29

AMANIDA D'ENDIVIES AMB
VERDURES

CIGRONS ESTOFATS AMB
VERDURES I OU DUR

POLLASTRE AL FORN A
L'ALLET AMB GALLONS DE
PATATA AL FORN

IOGURT DE **MADUIXA LA
FAGEDA**

30

FOCCACCIA AMB VERDURES I
BOLETS

BROU CASOLÀ DE PEIX AMB
LLAVORS

PEIX BLANC FRESC AMB
SAMFAINA FRESCA

FRUITA TEMPORADA

31

TRINXAT DE COL, ALLETS I
CANSALADA

ESPIRALS **ECO** A LA
NAPOLITANA AMB FORMATGE
RATLLAT

SALSITXA DE PORC AMB XIPS

IOGURT **CASA SIBILLÓ**

www.sercodaga.com

facebook.com/sercodaga

DESCARREGA'T
LA NOSTRA APP

ESTIGUES INFORMAT

SERCODAGA

SERVEIS A COL·LECTIVITATS

NUM. RSIPAC 26.07454/CAT

TÈCNIC EN DIETÈTICA I NUTRICIÓ: MIREIA ESPACHS CALVET

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, peix fresc de temporada de la
zona del Cantàbric i del Mediterrani, iogurts
artesans del Segrià.