



NOVEMBRE

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
S3	Fideuà Truita francesa Amanida/pa/fruita	Patata i mongeta Botifarra de carn d'au al forn Amanida/pa/fruita	Arròs amb tomàquet Vedella amb sofregit de verdures Amanida/pa/iogurt	Mongetes amb tomàquet sofregit, patata, ceba i pastanaga Peix arrebossat Amanida/pa/fruita àcida	Crema de verdures de temporada Pollastre rostit amb herbes provençals Amanida/pa/fruita
S4	Llenties amb arròs Peix al forn amb tomàquet i ceba Amanida/pa/fruita àcida	Macarrons amb salsa pesto, amb alfàbrega! Magra de porc Amanida/pa/	Patata i coliflor Pollastre arrebossat Amanida/pa/iogurt	Sopa de l'hort (porro, col, api, xirivía, nap, ceba i pasta) Truita de patata i espinacs Amanida/pa/fruita	Crema de porros i cabrassó Hamburguesa mixta (carn porc i vedella) Amanida/pa/fruita
S5	Fideus de l'avia (sofregit de verdures i carn d'au) Peix arrebossat Amanida/pa/fruita	Patata i pèsol Estofat de gall dindi amb xampinyons Amanida/pa/fruita àcida	Arròs tres delícies (pèsol, pastanaga, truita i pernil cuit) Peix amb all i julivert Amanida/pa/iogurt	Crema de carbassa Mandonguilles mixtes a la jardinera (sofregit de verdures) Amanida/pa/fruita	Meatless day
S1	Arròs amb tomàquet Hamburguesa mixta (carn porc i vedella) Amanida/pa/fruita	Patata i mongeta Vedella amb xampinyons Amanida/pa/fruita	Llenties amb tomàquet sofregit, patata, ceba i pastanaga Pollastre a la llimona Amanida/pa/fruita àcida	Macarrons amb salsa de verdures de temporada i formatge Peix al forn amb patata i ceba Amanida/pa/iogurt	Crema de pastanaga Truita de patates Amanida/pa/fruita

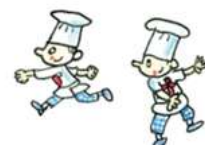
"L'alfàbrega, a part de fer-la servir a la cuina, ens serveix també com a repel·lent de mosquits i evita còlics"



SETEMBRE

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
S1	Arròs amb salsa de tomàquet Hamburguesa mixta (porc i vedella) Amanida/pa/fruita	Patata i mongeta Vedella amb xampinyons Amanida/pa/fruita	Llenties amb sofregit de tomàquet, patata, ceba i pastanaga Pollastre a la llimona Amanida/pa/fruita àcida	Macarrons amb salsa de verdures de temporada Peix al forn amb ceba i patata Amanida/pa/iogurt	Crema de pastanaga Truita de patates Amanida/pa/fruita
S2	Espaguetis amb tomàquet i formatge Peix a la marinera Amanida/pa/fruita	Arròs amb fumet de peix i calamar Truita francesa Amanida/pa/fruita	Brou d'au i pasta Mandonguilles mixtes amb sofregit de tomàquet i verdura Amanida/pa/iogurt	Cigrons amb patata i sofregit de tomàquet i ceba Peix arrebossat Amanida/pa/fruita àcida	Patata i bròquil Gall dindi estofat amb xampinyons Amanida/pa/fruita
S3	Fideuà Truita francesa Amanida/pa/fruita	Patata i mongeta Botifarra de carn d'au al forn Amanida/pa/fruita	"Disminueix el consum de sal i dona gust als teus plats amb herbes aromàtiques"		

"Alleugereix el dolor de gola en cas d'angines o pit carregat, la farigola, ideal pels encostipats que s'acosten"



OCTUBRE

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
S3			Arròs amb tomàquet Estofat de vedella amb sofregit de verdures Amanida/pa/fruita	Mongetes amb sofregit de tomàquet, ceba, patata i pastanaga Peix arrebossat Amanida/pa/fruita àcida	Crema de verdures de temporada Pollastre amb farigola! Amanida/pa/fruita
S4	Llenties amb arròs Peix al forn amb tomàquet i ceba Amanida/pa/fruita	Espirals amb tomàquet i formatge Magra de porc Amanida/pa/fruita	Patata i coliflor Pollastre arrebossat Amanida/pa/iogurt	Sopa de l'hort: porro, api, col, ceba, xirivía, nap, i pasta Truita de patata i espinacs Amanida/pa/fruita	Crema de porro i carbassó Hamburguesa mixta (porc i vedella) Amanida/pa/fruita
S5	Fideus de l'avia (sofregit de verdures i carn d'au) Peix arrebossat Amanida/pa/fruita	Patata i pèsol Gall dindi amb xampinyons Amanida/pa/fruita	Arròs tres delícies (pèsol, blat, truita i pernil cuit) Peix amb all i julivert Amanida/pa/iogurt	Crema de carbassa Mandonguilles mixtes a la jardinera (sofregit de verdures) Amanida/pa/fruita	Cigrons amb patata i sofregit de tomàquet i ceba Truita i formatge Amanida/pa/fruita àcida
S1	Arròs amb tomàquet Hamburguesa mixta (carn de porc i vedella) Amanida/pa/fruita	Patata i mongeta Vedella amb xampinyons Amanida/pa/fruita	Llenties amb tomàquet sofregit, patata, ceba i pastanaga Pollastre a la llimona Amanida/pa/fruita àcida	Macarrons amb salsa de verdures de temporada i formatge Peix al forn amb patata i ceba Amanida/pa/iogurt	Crema de pastanaga Truita de patates Amanida/pa/fruita
S2	Espaguetis amb tomàquet i formatge Peix a la marinera Amanida/pa/fruita	Arròs amb fumet de peix i calamar Truita francesa Amanida/pa/fruita	Brou d'au i pasta Mandonguilles mixtes (porc i vedella) amb sofregit de verdures Amanida/pa/iogurt	Cigrons amb patata i sofregit de tomàquet Peix arrebossat amanida, pa i fruita àcida	Patata i bròquil Gall dindi estofat amb xampinyons Amanida/pa/fruita

Per causes de força major, Campos Estela es reserva el dret de fer canvis en el menú



DESEMBRE

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
S2	Espaguetis amb tomàquet i formatge Peix a la marinera Amanida/pa/fruita	Arròs amb fumet de peix i calamar Truita francesa Amanida/pa/fruita	Brou d'au i pasta Mandonguilles mixtes a la jardinera (amb sofregit de tomàquet i verdures) Amanida/pa/iogurt	Cigrons amb patata i sofregit de tomàquet Peix arrebossat Amanida/pa/fruita àcida	Patata i bròquil Estofat de gall dindi amb xampinyons Amanida/pa/fruita
S3	FESTA!		Arròs amb tomàquet Estofat de vedella amb sofregit de verdures Amanida/pa/iogurt	Mongetes amb sofregit de tomàquet, ceba, patata i pastanaga Peix arrebossat Amanida/pa/fruita àcida	Patata i mongeta Botifarra de carn d'au al forn Amanida/pa/macedònia de fruita fresca amb maria lluisa!
S4	Llenties amb arròs Peix al forn amb tomàquet i ceba Amanida/pa/fruita àcida	Espirals amb tomàquet i formatge Magra de porc Amanida/pa/fruita	Patata i coliflor Pollastre a arrebossat Amanida/pa/iogurt	Sopa de l'hort (api, porro, nap, xirivía, col, ceba i pasta) Truita de patata i espinacs Amanida/pa/fruita	Crema de porro i carbassó Hamburguesa mixta (carn porc i vedella) Amanida/pa/fruita
S5	Fideus de l'avia (sofregit de verdures i carn d'au) Peix arrebossat Amanida/pa/fruita	DINAR DE NADAL		"Relaxant, expectorant i sedant de la tos, adequada per les indigestions dels nens, la maria lluisa"	



PROPOSTA DE SOPARS

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
S1	Crema de verdures Peix blanc (rap, llenguado, lluç, bacallà,...) a la planxa amb albergínia i carbassó arrebossat iogurt	Sopa d'au i pasta Truita a la francesa amb formatge i rodanxes de tomàquet Macedònia de fruita	Arròs amb pastanaga i patata Salmó a la planxa Iogurt amb fruita fresca	Verdura vapor (mongeta, bledes, espinacs,...) Pit de pollastre i cors de carxofa a la planxa Fruita fresca	Pizza de pernil i formatge Enciam, pastanaga i tomàquet Fruita fresca
S2	Llenties amb arròs Peix al forn amb tomàquet i ceba Amanida/pa/fruita	Espirals amb tomàquet i formatge Magra de porc Amanida/pa/fruita	Patata i coliflor Pollastre a arrebossat Amanida/pa/iogurt	Sopa de l'hort (api, porro, nap, xirivía, col, ceba i pasta) Truita de patata i espinacs Amanida/pa/fruita	Crema de porro i carbassó Hamburguesa mixta (carn porc i vedella) Amanida/pa/fruita
S3	Fideus de l'avia (sofregit de verdures i carn d'au) Peix arrebossat Amanida/pa/fruita	Patata i pèsol Gall dindi amb xampinyons Amanida/pa/fruita	Arròs tres delícies (pèsol, blat, truita i pernil cuit) Peix amb all i julivert Amanida/pa/iogurt	Crema de carbassa Mandonguilles mixtes a la jardinera (sofregit de verdures) Amanida/pa/fruita	Cigrons amb patata i sofregit de tomàquet i ceba Truita i formatge Amanida/pa/fruita àcida
S4	Arròs amb tomàquet Hamburguesa mixta (carn de porc i vedella) Amanida/pa/fruita	Patata i mongeta Vedella amb xampinyons Amanida/pa/fruita	Llenties amb tomàquet sofregit, patata, ceba i pastanaga Pollastre a la llimona Amanida/pa/fruita àcida	Macarrons amb salsa de verdures de temporada i formatge Peix al forn amb patata i ceba Amanida/pa/iogurt	Crema de pastanaga Truita de patates Amanida/pa/fruita
S5	Espaguetis amb tomàquet i formatge Peix a la marinera Amanida/pa/fruita	Arròs amb fumet de peix i calamar Truita francesa Amanida/pa/fruita	Brou d'au i pasta Mandonguilles mixtes (porc i vedella) amb sofregit de verdures Amanida/pa/iogurt	Cigrons amb patata i sofregit de tomàquet Peix arrebossat amanida, pa i fruita àcida	Patata i bròquil Gall dindi estofat amb xampinyons Amanida/pa/fruita



Àpats i lleure per escoles
www.camposestela.com
Av. Antoni Gaudí s/n. 08191 Rubí (Barcelona)
Tel. 93 588 12 62
Fax 93 588 06 99
info@camposestela.com

S'informarà al plafó de l'escola de la fruita de cada dia, dels ingredients de les amanides i del peix del dia. L'escola disposa del llistat d'ingredients de cada un dels plats que quedarà a la seva disposició per si vol consultar-lo. Visiti la nostra web per consultar la valoració nutricional dels dinars. Menú supervisat pel departament de dietètica i nutrició de Baltasar Control. Si després de més de 2 dies de festa els plats programats del menú no es poden dur a terme degut a l'abastiment o preparació prèvia que necessiten seran modificats. En funció del canvi, bellugarem la resta de la setmana i ho anunciarem al plafó del centre.