



# SETEMBRE

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
S1	Arròs amb salsa de tomàquet Hamburguesa mixta (porc i vedella) Amanida/pa/fruïta	Patata i mongeta Vedella amb xampinyons Amanida/pa/fruïta	Lenties amb sofregit de tomàquet, patata, ceba i pastanaga Pollastre a la llimona Amanida/pa/fruïta àcida	Macarrons amb salsa de verdures de temporada Peix al forn amb ceba i patata Amanida/pa/iogurt	Crema de pastanaga Trita de patates Amanida/pa/fruïta
S2	Espaguetis amb tomàquet i formatge Peix a la marinera Amanida/pa/fruïta	Arròs amb fumet de peix i calamar Trita francesa Amanida/pa/fruïta	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/fruïta àcida	Patata i mongeta Pollastre rostit Amanida/pa/fruïta
S3	Fideus amb peix Trita francesa Amanida/pa/fruïta	Patata i mongeta Trita francesa Amanida/pa/fruïta	<b>"Disminueix el consum de sal i dona gust als teus plats amb herbes aromàtiques"</b>		

"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/fruïta	Mongetes amb sofregit de tomàquet, ceba, patata i pastanaga Peix arrebossat Amanida/pa/fruïta àcida	Crema de verdures de temporada Pollastre amb <b>farigola!</b> Amanida/pa/fruïta
S4	Lenties amb arròs Peix al forn amb tomàquet i ceba Amanida/pa/fruïta	Espirals amb tomàquet i formatge Salsitxes d'au al forn Amanida/pa/fruïta	Patata i mongeta Pollastre arrebossat Amanida/pa/iogurt	Sopa de l'hort: porro, api, col, ceba, xirivai, nap i pasta Trita de patata Amanida/pa/fruïta	Crema de porro i carbassó Hamburguesa mixta (porc i vedella) Amanida/pa/fruïta
S5	Fideus de l'avia (sofregit de verdures i carn d'au) Peix arrebossat Amanida/pa/fruïta	Patata i pèsol Pollastre amb xampinyons Amanida/pa/fruïta	Arròs amb tomàquet Peix amb all i julivert Amanida/pa/iogurt	Crema de carbassa Mandonguilles mixtes a la jardineria (sofregit de verdures) Amanida/pa/fruïta	Cigrons amb patata i sofregit de tomàquet i ceba Trita i formatge Amanida/pa/fruïta àcida
S1	Arròs amb tomàquet Hamburguesa mixta (porc i vedella) Amanida/pa/fruïta	Patata i mongeta Estofat de vedella amb xampinyons Amanida/pa/fruïta	Lenties amb tomàquet sofregit, patata, ceba i pastanaga Pollastre a la llimona Amanida/pa/fruïta àcida	Macarrons amb salsa de verdures i formatge Peix al forn amb patata i ceba Amanida/pa/iogurt	Crema de pastanaga Trita de patates Amanida/pa/fruïta
S2	Espaguetis amb tomàquet i formatge Peix a la marinera Amanida/pa/fruïta	Arròs amb peix Trita francesa Amanida/pa/fruïta	Brou d'au i pasta Mandonguilles mixtes amb sofregit de verdures Amanida/pa/iogurt	Cigrons amb patata i sofregit de tomàquet Peix arrebossat Amanida/pa/fruïta àcida	Patata i mongeta Pollastre rostit Amanida/pa/fruïta

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



# NOVEMBRE

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
S3	Fideus amb peix Trita francesa Amanida/pa/fruïta	Patata i mongeta Botifarra de carn d'au al forn Amanida/pa/fruïta	Arròs amb tomàquet Vedella amb sofregit de verdures Amanida/pa/iogurt	Mongetes amb tomàquet sofregit, patata, ceba i pastanaga Peix arrebossat Amanida/pa/fruïta àcida	Crema de verdures de temporada Pollastre rostit amb herbes provençals Amanida/pa/fruïta
S4	Lenties amb arròs Peix al forn amb tomàquet i ceba Amanida/pa/fruïta àcida	Macarrons amb tomàquet i formatge Salsitxes amb carn d'au al forn Amanida/pa/fruïta	Patata i mongeta Pollastre arrebossat Amanida/pa/iogurt	Sopa de l'hort: porro, col, api, xirivai, nap, ceba i pasta Trita de patata Amanida/pa/fruïta	Crema de porros i carbassó Hamburguesa mixta (carn porc i vedella) Amanida/pa/fruïta
S5	Fideus de l'avia (sofregit de verdures i carn d'au) Amanida/pa/fruïta	Patata i pèsol Pollastre amb xampinyons Amanida/pa/fruïta àcida	Arròs amb tomàquet Peix amb all i julivert Amanida/pa/iogurt	Crema de carbassa Mandonguilles mixtes a la jardineria (sofregit de verdures) Amanida/pa/fruïta	Cigrons amb verdures Trita francesa i tall de formatge Amanida/pa/fruïta
S1	Arròs amb tomàquet Hamburguesa mixta (carn porc i vedella) Amanida/pa/fruïta	Patata i mongeta Vedella amb xampinyons Amanida/pa/fruïta	Lenties amb tomàquet sofregit, patata, ceba i pastanaga Pollastre a la llimona Amanida/pa/fruïta àcida	Macarrons amb salsa de verdures de temporada i formatge Peix al forn amb patata i ceba Amanida/pa/iogurt	Crema de pastanaga Trita de patates Amanida/pa/fruïta

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



# DESEMBRE

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
S2	Espaguetis amb tomàquet i formatge Peix a la marinera Amanida/pa/fruïta	Arròs amb fumet de peix i calamar Trita francesa Amanida/pa/fruïta	Brou d'au i pasta Mandonguilles mixtes a la jardineria (amb sofregit de tomàquet i verdures) Amanida/pa/iogurt	Cigrons amb patata i sofregit de tomàquet Peix arrebossat Amanida/pa/fruïta àcida	Patata i mongeta Pollastre rostit Amanida/pa/fruïta
S3	<b>FESTA</b>		Fideuà Trita francesa Amanida/pa/fruïta	Arròs amb tomàquet Estofat de vedella amb sofregit de verdures Amanida/pa/iogurt	Patata i mongeta Botifarra de carn d'au al forn Amanida/pa/fruïta
S4	Lenties amb arròs Peix al forn amb tomàquet i ceba Amanida/pa/fruïta àcida	Espirals amb tomàquet i formatge Salsitxes d'au al forn Amanida/pa/fruïta	Patata i mongeta Pollastre arrebossat Amanida/pa/iogurt	Sopa de l'hort: api, porro, nap, xirivai, col, ceba i pasta Trita de patata Amanida/pa/fruïta	Crema de porro i carbassó Hamburguesa mixta (carn porc i vedella) Amanida/pa/fruïta
S5	Fideus de l'avia (sofregit de verdures i carn d'au) Lluç arrebossat Amanida/pa/fruïta	<b>DINAR DE NADAL</b>			

"Relaxant, expectorant i sedant de la tos, adequada per les indigestions dels nens, la **maria lluisa**"



Àpats i lleure per escoles  
www.compostestela.com  
Av. Antoni Gaudí s/n 08191 Rubí (Barcelona)  
Tel. 93 588 12 62  
Fax 93 588 06 99  
info@compostestela.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. Visiteu 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 necessien seran modificats. En funció del canvi, bellugarem la resta de la setmana i ho anunciarem al plafó del centre.