

MENÚ ESCOLAR

camposestela.com

Setembre 2026

campos estela

Segueix l'activitat dels nostres menjadors escolars: informació sobre espai migdia amb fotos i vídeos per compartir com treballem i quines activitats organitzem amb els infants i adolescents.



@camposestelacom



@camposestela



@camposestela1968



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

14

CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA

PASTA AMB BOLONYESA DE SOJA

PA INTEGRAL

FRUITA

MEATLESS DAY

15

SOPA AMB PASTA

BACALLÀ ARREBOSSAT

ENCIAM I TOMÀQUET PA BLANC

FRUITA

FET AL COL·LE

16

ESTOFAT DE CIGRONS

TRUITA DE PATATES

ENCIAM I PIPES PA INTEGRAL

FRUITA ÀCIDA

17

PASTA INTEGRAL AMB SALS PIPESTO

LLUÇ AL FORN AMB PATATA I CEBA

PA BLANC

IOGURT

DE COMARQUES

18

AMANIDA D'ARRÒS

POLLASTRE AMB ALLADA

ENCIAM I PASTANAGA PA INTEGRAL

IOGURT

NO SUGAR DAY

21

ARRÒS AMB SALS DE VERDURES

LLENTIES ESTOFADES AMB HORTALISSES

PA INTEGRAL

FRUITA

22

PASTA INTEGRAL AMB MONGETA

OUS AL FORN AMB SALS DE TOMÀQUET o TRUITA AMANIDA

PA BLANC

FRUITA

TRIEN LES CUINERES

23

PASTA INTEGRAL AMB TOMÀQUET I ORENGA

LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT

ENCIAM I BLAT DE MORO / PA INTEGRAL

FRUITA

XIPI XIPI

24

AMANIDA DE CIGRONS o CIGRONS AMB UN RAIG D'OLI D'OLIVA

CARN D'AU ESTOFADA AMB XAMPINYONS

PA BLANC

FRUITA ÀCIDA

TRIEN LES CUINERES

25

CREMA DE CARBASSA

PEIX FRESC

ENCIAM I OLIVES PA INTEGRAL

IOGURT

BLAU FRESH

28

AMANIDA DE PASTA

BOTIFARRA DE PORC

ENCIAM I PASTANAGA

PA INTEGRAL

FRUITA

29

ESTOFAT DE LLENTIES

SALMÓ AL FORN AMB VERDURES

PA BLANC

FRUITA ÀCIDA

30

ARRÒS AMB SALS DE TOMÀQUET o AMB SALS DE VERDURES

TRUITA D'ESPINACS

ENCIAM I OLIVES PA INTEGRAL

IOGURT

TU TRIES SALS



PASTA INTEGRAL AMB SALS PIPESTO



Elaborem un pesto d'alfàbrega, formatge, oli d'oliva i pipes, una versió equilibrada i saborosa de la recepta tradicional.

Es tracta d'una proposta molt fàcil de preparar, ideal perquè els infants participin a la cuina torrant les pipes, rentant l'alfàbrega o ajudant a triturar els ingredients.

Vols descobrir el pas a pas per preparar aquesta salsa a casa? Entra al nostre blog i anima't a convertir un plat senzill de pasta en una recepta mediterrània per compartir.

PAS A PAS AL NOSTRE BLOG!

PROPOSTES DE SOPARS

campos estela

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
S1	CREMA DE COL · I · FLOR I PORRO FILET DE GALL DINDI AMB HERBES PROVENÇALS AMB ARRÒS INTEGRAL MANGO	AMANIDA DE REMOLATXA, RÚCULA I FORMATGE FETA ORADA AL FORN AMB LLIMONA PINYA	MONGETES VERDES AMB PALS D'AMETLLES TORRADES CIGRONS ESTOFATS AMB ESPINACS I OU ESCALFAT CIRERES	CARPACCIO DE CARBASSÓ AMB PARMESÀ POLLASTRE AL CURRY SUAU AMB ARRÒS BASMATI IOGURT AMB PLÀTAN	CREMA DE PÈSOLS I MENTA FILET DE PORC AMB POMA I CEBA CONFITADA PRESSEC AL FORN AMB CANYELLA
S2	AMANIDA DE PASTANAGA, POMA I NOUS TRUITA DE PATATA I ESPINACS AL FORN IOGURT AMB GERDS	BRÒQUIL ROSTIT AMB SÈSAM FILET DE SALMÓ AMB SALSA DE IOGURT PRÉSSEC	AMANIDA DE LLENTIES, PEBROT I JULIVERT PIT DE GALL DINDI AL FORN AMB MONIATO FORMATGE FRESC AMB MELÓ	CREMA DE CARBASSA I CURRI LLUÇ AL PAPILOT AMB VERDURES PINYA AMB CANYELLA	AMANIDA D'ARRÒS, PÈSOLS I PASTANAGA MANDONGUILLES DE SOJA AMB SALSA DE VERDURES IOGURT DE COCO
S3	ESCALIVADA DE PEBROT I ALBERGÍNIA POLLASTRE ROSTIT AMB ROMANÍ I LLIMONA MELÓ	CREMA DE XAMPINYONS I CEBA BACALLÀ AL FORN AMB TOMÀQUET I OLIVES NEGRES IOGURT AMB PINYA	AMANIDA DE MONGETA BLANCA, PEBROT I CEBA TENDRA HAMBURGUESA DE CIGRONS AMB PA INTEGRAL PERA	CARXOFES AL FORN AMB VINAGRETA DE LLIMONA RAP AL FORN AMB PATATA I CEBA IOGURT AMB FRUITS VERMELLS	CREMA DE BRÒQUIL I FORMATGE FRESC LASANYA DE VERDURES I RICOTTA POMA AL FORN
S4	AMANIDA DE COUSCOUS, PANSES I COGOMBRE POLLASTRE A LA PLANXA AMB SALSA DE IOGURT I HERBES ALBERCOC	PURÉ DE MONIATO I PASTANAGA POLLASTRE AMB VERDURES AL WOK KIWI I IOGURT	AMANIDA DE PATATA, MONGETA VERDA I TONYINA FILET DE LLUÇ AMB SALSA DE TOMÀQUET CASOLANA RAÏM	CREMA DE PASTANAGA I GINGEBRE MANDONGUILLES DE GALL DINDI AMB PÈSOLS PINYA AMB FORMATGE FRESC	TOMÀQUET FARCIT DE QUINOA I VERDURES FILET DE PORC AL FORN AMB ROMANÍ IOGURT AMB NÀBIUS
S5	AMANIDA DE RÚCULA, PERA I NOUS MONGETES BLANQUES AMB BACALLÀ I ESPINACS FORMATGE FRESC AMB MELÓ	ESPINACS SALTEJATS AMB PINYONS I PANSES TRUITA DE BOLETS I CEBA IOGURT NATURAL AMB AMETLLES	AMANIDA DE CUSCÚS, PEBROT I CIGRONS SALMÓ AL FORN AMB BRÒQUIL I LLIMONA PRÉSSEC	CREMA DE TOMÀQUET I ALFÀBREGA CANELONS D'ESPINACS I RICOTTA GRATINATS RAÏM	CREMA DE CARBASSÓ, CEBA I PASTANAGA FAJITA AMB FORMATGE I PERNIL DOLÇ GRATINATS MANDARINA

ESMORZARS

- Iogurt grec amb civada, plàtan i canyella
- Pa de cereals amb gall dindi i formatge fresc
- Porridge de civada amb pera i llavors de xia
- Mini crep de plàtan amb iogurt natural
- Pa de sègol amb ricotta i maduixes
- Batut de plàtan, llet i civada
- Truita de blat de moro amb formatge fresc
- Muesli sense sucre amb iogurt i kiwi
- Muffins de cacau amb crema festucs i plàtan

A MIG MATÍ

- Préssec amb un grapat de nous
- Mandarina i un petit grapat d'anacards
- Iogurt natural amb maduixes
- Pa de cereals amb crema de formatge
- Kiwi amb ametlles
- Poma i llavors de carbassa
- Mini broqueta de fruita variada
- Pa de sègol amb gall dindi

BERENARS

- Iogurt grec amb plàtan i canyella
- Pa de cereals amb ricotta i mel
- Batut de maduixa amb llet
- Mini entrepà de gall dindi i formatge fresc
- Pera amb crema d'ametlles
- Torrada de sègol amb plàtan
- Iogurt natural amb kiwi i llavors
- Crep petit de poma i canyella
- Pa de pessic amb panses i xocolata.

MENÚS AMB SORPRESA!

campos estela

Cuinem àpats saborosos, sans i sostenibles, en un ambient de confort i benestar al menjador.

Per això, planifiquem el menú segons la temporalitat dels aliments i hi afegim jornades especials que ens ajuden a promoure uns hàbits d'alimentació saludable entre els nens i nenes.

Com a protagonistes d'aquestes jornades trobem plats de cullera que cuinaven els nostres avis i àvies, tastets amb els quals introduïm noves elaboracions o receptes típiques de comarques que incorporen ingredients de productors de proximitat amb els que establim vincles de confiança.

Als menús identificareu fàcilment aquestes jornades seguint aquestes icones:



Olis amb aromàtiques que millorem l'acceptació d'aliments



D'elaboració pròpia amb recepta casolana



Ingredients per triar com serà l'amanida



Receptes sense sucre per acostumar el paladar progressivament



Plats típics de la terra que cuinaven els nostres avis



Introducció progressiva de nous aliments i receptes



Promoció del consum de proteïna vegetal



Oferim varietat de fruita fresca per escollir



Salses a escollir per als plats de pasta o arròs



Introducció de varietats de peix fresc o blau



Aliments amb propietats beneficioses pels infants



Ens coneixen tan bé que cuineres i cuiners trien allò que més ens agrada



Receptes i aliments arrelats a la terra



Els infants trien plats festius per a dies especials

Aquest menú està supervisat per la nostra dietista nutricionista Sandra Gervilla (col·legiada CODINUCAT 001027). Al plafó del centre informarem de la fruita de cada dia, dels ingredients de les amanides. L'escola disposa del llistat d'ingredients de cadascun dels plats per tal que estigui disponible per a les famílies. Si després de més de dos dies de festa els plats programats al menú no es poden elaborar per problemes d'abastiment o per la preparació prèvia que necessiten, seran modificats. En funció del canvi, la resta de la setmana tindrà modificacions que anunciarem al plafó del centre o pels canals de comunicació establerts. Podeu consultar la valoració nutricional dels àpats entrant a l'apartat "Menú" de la nostra web www.camposestela.com. Campos Estela es reserva el dret a fer canvis al menú per causes de força major.