

MENÚ ESCOLAR

camposestela.com

1r Trimestre 2025

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 nens i nenes.



@camposestelacom



@camposestela



@camposestela1968



SETEMBRE

OVOLACTEOVEGETARIÀ

campos estela

DILLUNS

8 ARRÒS BLANC
AMB SALSA DE
TOMÀQUET
HAMBURGUESA
VEGETAL
BASTONETS DE
PASTANAGA FRESCA
PA INTEGRAL
FRUITA



DIMARTS

9 GUISAT DE CIGRONS
AMB VERDURES
TRUITA DE PATATES
ENCIAM I TOMÀQUET
PA BLANC
FRUITA ÀCIDA

DIMECRES

10 CREMA DE
VERDURES
LLEGUM SALTAT*
ENCIAM I PIPES
PA INTEGRAL
FRUITA



DIJOUS

11

DIVENDRES

12 PASTA AMB
PIPESTO
LLEGUM AMB CEBA I
TOMÀQUET*
ENCIAM I BLAT
DE MORO
PA INTEGRAL
IOGURT

18 CREMA DE CARBASSÓ
LASSANYA VEGETAL
PA BLANC
FRUITA



19 ARRÒS BLANC AMB
SALSA D'HORTALISSES
LLEGUM AMB
VERDURES*
PA INTEGRAL
FRUITA



25 ARRÒS
AMB VERDURES
LLEGUM AMB
VERDURES*
ENCIAM I BLAT DE
MORO
PA BLANC
FRUITA



26 BULLIT DE
BRÒCOLI I PATATA
REVOLTIM D'OU AMB
XAMPINYONS*
ENCIAM I PASTANAGA
PA INTEGRAL
FRUITA



22 CREMA DE
PASTANAGA AMB
CROSTONS
HAMBURGUESA
VEGETAL*
ENCIAM I COGOMBRE
PA BLANC
FRUITA

23 GUISAT DE
MONGETES BLANQUES
AMB VERDURES
TRUITA DE CARBASSÓ
ENCIAM I TOMÀQUET
PA INTEGRAL
FRUITA ÀCIDA

24 PASTA INTEGRAL
AMB SALSA DE
TOMÀQUET I FORMATGE
LLEGUM AMB CEBA I
POMA*
ENCIAM I PANSES
PA INTEGRAL
IOGURT



29 BULLIT DE
PASTANAGA,
MONGETA I COLIFLOR
FIDEUÀ DE LLEGUM I
VERDURES*
PA BLANC
FRUITA



30 BULLIT DE
PATATA I PÈSOLS
TRUITA FRANCESA*
ENCIAM I OLIVES
PA INTEGRAL
FRUITA



PASTA AMB PESTO DE PIPES I ALFÀBREGA

La nostra recepta de pesto amb alfàbrega fresca, oli d'oliva, formatge i pipes és ideal per acompanyar els plats de pasta. Us animeu a preparar-la? No us perdeu el pas a pas al nostre blog!

DESCOBREIX MÉS RECEPTES AL NOSTRE BLOG

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.