

MENÚ ESCOLAR

camposestela.com

2n Trimestre 2025/26

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



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

S4

2

**ARRÒS INTEGRAL
AMB TOMÀQUET**

LLUÇ AL FORN AMB
CEBA I PEBROT

PA INTEGRAL
FRUITA

INTEGRAL

3

TRINXAT DE COL I
PATATA

**WOK DE POLLASTRE
DE PINÓS AMB
VERDURES**

PA BLANC
FRUITA

DE
COMARQUES

4

LLENTIES ESTOFADES
AMB HORTALISSES

HAMBURGUESA DE
COLIFLOR I FORMATGE

ENCIAM I OLIVES

PA INTEGRAL
FRUITA ÀCIDA

TRIA
L'AMANIDA

5

ESCUDELLA DE L'ÀVIA

CARN D'OLLA

ENCIAM I PASTANAGA

PA BLANC
FRUITA

IAIA'S
DAYS

6

TRIEN
LES
CUINERES

CREMA DE PASTANAGA,
MONIATO I PORRO

OUS AL FORN O TRUITA

ENCIAM I PIPES

PA INTEGRAL
IOGURT

S5

9

MACARRONS
INTEGRALS AMB
TOMÀQUET I
FORMATGE

ESTOFAT DE PORC

ENCIAM I OLIVES

PA INTEGRAL
FRUITA

10

BRÓCOLI I PATATA

**ARRÒS A LA
CASSOLA AMB CARN
D'AU**

PA INTEGRAL
FRUITA

IAIA'S
DAYS

11

CREMA DE MONIATO,
PORRO I CEBA

TRUITA DE PATATES

ENCIAM I PIPES

PA BLANC
IOGURT

12

CIGRONS ESTOFATS
AMB HORTALISSES

SALMÓ AL FORN AMB
PATATA I CEBA

PA INTEGRAL
FRUITA ÀCIDA

13

BROU D'AU I PASTA

ALETES DE
POLLASTRE
ROSTIDES

PATATES DE LUXE

PA BLANC
FRUITA

FET
AL
COL·LE

S1

16

PATATA I PÈSOL

LLUÇ ARREBOSSAT

ENCIAM I TOMÀQUET

PA INTEGRAL
IOGURT

17

LLENTIES ESTOFADES
AMB HORTALISSES

**POLLASTRE A LA
FARIGOLA**

ENCIAM I PIPES

PA BLANC
FRUITA

XIPI
XIPI

18

CREMA DE VERDURES

**LASSANYA VEGETAL
AMB SOJA
TEXTURIZADA**

PA INTEGRAL
FRUITA

MEATLESS
DAY

19

ARRÒS AMB
TOMÀQUET

TRUITA FRANCESA

ENCIAM I PASTANAGA

PA INTEGRAL
FRUITA

TRIEM
LA
FRUITA

20

**MACARRONS AMB
SALSA DE CARBASSA
I POMA**

ESTOFAT DE GALL
DINDI AMB
XAMPINYONS

PA BLANC
FRUITA

S2

23

MONGETA I PATATA

MANDONGUILLES DE
VEDELLA AMB SOFREGIT
DE CEBA I TOMÀQUET

ENCIAM I BLAT DE MORO

PA INTEGRAL
FRUITA

24

BROU VEGETAL I
PASTA

TRUITA DE PATATES

ENCIAM I OLIVES

PA BLANC
IOGURT

NO SUGAR
DAY

25

CIGRONS ESTOFATS
AMB HORTALISSES

LLUÇ AL FORN AMB
SALSA DE PORRO

ENCIAM I TOMÀQUET

PA INTEGRAL
FRUITA ÀCIDA

26

CREMA DE CARBASSA

BUNYOLS DE BACALLÀ

ENCIAM I PASTANAGA

PA BLANC
FRUITA

FET
AL
COL·LE

27

**TRIEM
MENÚ**



CREMA DE MONIATO, PORRO I CEBÀ

Aquesta és una de les cremes preferides per combinar la dolçor natural del moniato amb el sabor de la ceba i el porro sofregits. Un plat de temporada ben nutritiu i suau al paladar.

DESCOBREIX MÉS RECEPTES AL NOSTRE BLOG

PROPOSTES DE SOPARS

campos estela

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
S1	GRAELLADA VERDURES DE TEMPORADA HAMBURGUESA DE PEIX AMB TORRADA INTEGRAL FRUITA TEMPORADA	MONGETA VERDA I PATATA SALTADA AMB PERNIL TRUITA A LA FRANCESA AMB TOMÀQUETS XERRIS FRUITA TEMPORADA	BLEDES I PATATA AL VAPOR LLOBARO AL FORN AMB CEBA FRUITA TEMPORADA	AMANIDA VERDA AMB OLIVES, CROSTONS DE PA I BROTS DE SOIA HAMBURGUESA DE PÈSOLS A LA PLANXA FRUITA TEMPORADA	PIZZA DE VERDURES AMB MASSA DE BRÒQUIL TASTET D'HUMMUS VARIS AMB BASTONETS MATÓ AMB MEL
S2	CREMA DE CARBASSÓ I PORRO AMB FORMATGE REMENAT D'OUS AMB BACON PA INTEGRAL FRUITA TEMPORADA	LLENTIES SALTADES AMB ARRÒS, BLAT DE MORO I TONYINA AL NATURAL IOGURT	COLIFLOR GRATINADA AMB FORMATGE EMMENTAL GALL DINDI A LA PLANXA PA INTEGRAL FRUITA TEMPORADA	BRÒQUIL, PATATA I PASTANAGA AL VAPOR PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA PA INTEGRAL FRUITA TEMPORADA	GOT DE BROU VEGETAL PANINI INTEGRAL AMB MOZZARELLA I PERNIL AL FORN IOGURT
S3	AMANIDA AMB ESCAROLA, TOMÀQUET I PIPES HAMBURGUESA D'ALBERGÍNIA PA MATÓ AMB GERDS	CUS CÚS AMB VERDURES DE TEMPORADA LLOM A LA PLANXA POMA AMB IOGURT	QUINOA AMB VERDURES SALTEJADES VERAT A FORN PA INTEGRAL FRUITA TEMPORADA	AMANIDA DE CIGRONS AMB XERRIS, CEBA TENDRA I BLAT DE MORO POLLASTRE A LA PLANXA FRUITA TEMPORADA	CREMA DE VERDURES AMB CROSTONS DE PA I OLI VERGE ENTREPÀ PLANXAT AMB TONYINA I FORMATGE BEGUDA VEGETAL
S4	BROU VEGETAL AMB FIDEUS DE CIGRONS BACALLÀ AL FORN AMB CEBA I PEBROT PA INTEGRAL POMA	MILL BULLIT AMB ESPINACS BABY SALTATS CUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB CEBA PA INTEGRAL FRUITA TEMPORADA	TOMÀQUETS FARCITS D'ARRÒS AMB PEBROTS TRICOLORS SARDINETES AMB TORRADA INTEGRAL FRUITA TEMPORADA	AMANIDA VERDA AMB ALVOCAT I OLIVES NEGRES FAJITA FARCIDA AMB VERDURES I POLLASTRE IOGURT	PIZZA AMB BASE DE CARBASSÓ I ALBERGÍNIA AMB FORMATGE I GALL DINDI AMANIDA VERDA IOGURT
S5	BLAT SARRAÍ AMB VERDURES SALTEJADES OUS FARCITS AMB BEIXAMEL FRUITA TEMPORADA	CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA TRUITA DE PATATA I CEBA PA INTEGRAL IOGURT	GRAELLADA VERDURES GALL DINDI ARREBOSSAT PA INTEGRAL FRUITA TEMPORADA	QUINOA AMB VERDURES DE TEMPORADA SALMÓ PLANXA AMB BASTONETS DE PASTANAGA FRUITA TEMPORADA	AMANIDA DE CANONGES I BROTS DE SOIA QUICHE VEGETAL AMB QUATRE FORMATGES POMA AL FORN

ESMORZARS

- Entrepà integral d'alvocat, tomàquet i formatge.
- Pancake de civada i xocolata negra
- Entrepà de pa de pipes amb sobressada vegana.
- Truita a la francesa amb espinacs baby i torrada d'arròs.
- Quefir amb cereals integrals.

A MIG MATÍ

- Pa de pessic casolà amb farina integral, nous macadàmia i xocolata negra.
- Entrepà de sardinetes.
- Iogurt vegetal de coco i grapat d'avellanes.
- Grapat de fruits secs i plàtan.
- Entrepà de humus amb alvocat.

BERENARS

- Crep de crema de cacauet i mató fresc.
- Entrepà de pernil dolç amb formatge (planxat)
- Got de beguda vegetal amb grapat de fruits secs.
- Bol de cereals amb fruita i formatge batut.
- Pa de pessic casolà amb ametlles laminades.

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.