

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



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1 ARRÒS INTEGRAL
AMB TOMÀQUET

LLUÇ AL FORN AMB
LLIMONA

ENCIAM I PIPES
PA INTEGRAL

BATUT DE IOGURT
AMB PLÀTAN



2 GUISAT DE
LLENTIES AMB
VERDURES

OUS AL FORN AMB
TOMÀQUET O AMB
BEIXAMEL

ENCIAM I PASTANAGA
PA BLANC
FRUITA ÀCIDA



3 CREMA DE
CARBASSA

WOK DE SOJA AMB
VERDURES*

ARRÒS SALTAT
PA INTEGRAL

FRUITA

6 BULLIT DE
MONGETA TENDRA I
PATATA

MANDONGUILLES DE
PEIX AMB POMODORO*

ENCIAM I BLAT DE MORO
PA BLANC
IOGURT

7 GUISAT DE CIGRONS
AMB VERDURES O
BULLIT DE CIGRONS

TRUITA D'ESPINACS

ENCIAM I TOMÀQUET
PA INTEGRAL

FRUITA ÀCIDA



8 BROU DE
VEDURES I FIDEUS

LLUÇ A LA LLIMONA*

PATATES DELUXE
CASOLANES
PA INTEGRAL
FRUITA



9 CREMA DE
VERDURES

PASTA INTEGRAL
AMB BOLONYESA DE
LLENTIES

PA BLANC

FRUITA



10 ARRÒS AMB
VERDURES

BUNYOLS DE
BACALLÀ CASOLANS

ENCIAM I PIPES
PA INTEGRAL
FRUITA



13 ARRÒS BLANC
AMB SALSA DE
TOMÀQUET

HAMBURGUESA
VEGETAL

BASTONETS DE
PASTANAGA FRESCA
PA INTEGRAL
FRUITA



14 GUISAT DE
MONGETES
BLANQUES AMB
VERDURES

TRUITA DE PATATES

TRIA INGREDIENTS
DE L'AMANIDA
PA BLANC
FRUITA ÀCIDA



15 CREMA DE
VERDURES

PEIX AL FORN AMB
HERBES
PROVENÇALS*

ENCIAM I PIPES
PA INTEGRAL

FRUITA

16 BULLIT DE
COLIFLOR I PATATA

REVOLTIM D'OU AMB
XAMPINYONS*

ENCIAM I OLIVES
PA BLANC

FRUITA



17 PASTA AMB
PIPESTO

LLUÇ AL FORN AMB
CEBA I TOMÀQUET

ENCIAM I BLAT DE
MORO
PA INTEGRAL

IOGURT

20 GUISAT DE
LLENTIES AMB
VERDURES

TRUITA A LA
FRANCESA

ENCIAM I COGOMBRE
PA INTEGRAL

FRUITA ÀCIDA

21 BULLIT DE
PATATA, PASTANAGA
I MONGETA

OUS AMB
TOMÀQUET*

ENCIAM I PIPES
PA BLANC

FRUITA

22 PASTA AMB
SALSA DE CARBASSA
I POMA ROSTIDA

SALMÓ AL FORN AMB
ALL I JULIVERT

ENCIAM I TOMÀQUET
PA INTEGRAL

IOGURT



23 CREMA DE
CARBASSÓ

LASANYA
VEGETAL

PA BLANC

FRUITA



24 ARRÒS BLANC
AMB SALSA
D'HORTALISSES

LLUÇ AL FORN*

ENCIAM I PASTANAGA
PA INTEGRAL
FRUITA



27 CREMA DE
PASTANAGA AMB
CROSTONS

HAMBURGUESA DE
VEGETAL*

ENCIAM I COGOMBRE
PA BLANC
FRUITA

28 GUISAT DE
MONGETES
BLANQUES AMB
VERDURES

TRUITA DE CARBASSÓ

ENCIAM I TOMÀQUET
PA INTEGRAL
TARONJA, CANYELLA I
TOC DE MEL

29 PASTA INTEGRAL
AMB SALSA DE
TOMÀQUET I
FORMATGE

LLUÇ AL FORN AMB
CEBA I POMA*

ENCIAM I PANSES
PA INTEGRAL
IOGURT



30 ARRÒS AMB
VERDURES

PEIX FRESC

ENCIAM I BLAT DE
MORO
PA IBLANC

FRUITA



31 TRIEM
MENÚ



MANDONGUILLES DE VEDELLA AMB SALSA POMODORO

La nostra salsa pomodoro, feta amb tomàquet i un toc de poma dona una dolçor molt suau a aquesta recepta de mandonguilles. Un plat de tota la vida amb un petit gir que agrada a tothom.

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.