



campos estela

ÀPATS I LLEURE PER A ESCOLES

POMPEU FABRA

PROPOSTA SOPARS

SAPS QUE...

-Menjar forma part de la vida i l'aprenentatge dels nostres infants. Els àpats en família seran clau per a assentar les bases d'una alimentació saludable. A més, forma part de la proposta gastronòmica predominat a casa nostra, la **Dieta Mediterrània**.

- L'aigua és el millor company per a tots els àpats dels nostres petits. Portar una cantimplora a la motxilla serà una gran forma d'assegurar que els nens i nenes puguin beure suficient aigua durant el dia.

CAMPOSESTELA
Av. Antoni Gaudí S/N - 08191 Rubí (Barcelona)
Tel. 93 588 12 62 - info@camposestela.com
www.camposestela.com

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres	
			1 BROU VEGETAL AMB PASTA INTEGRAL REMENAT D'OU AMB XAMPINYONS I PERNIL PA INTEGRAL I PERA	2 CREMA DE PASTANAGA I CARBASSA BACALLÀ GRATINAT AL FORN AMB PATATA PA INTEGRAL I PLÀTAN	S1
5 FAJITAS FARCIDES AMB SALTAT TRICOLOR DE PEBROT AMB CEBA I POLLASTRE AMANIDA VERDA PLÀTAN	6 CARBASSÓ FARCIT AMB PROTEÏNA DE PÈSOL, SALSA DE TOMÀQUET I CEBA PA INTEGRAL I MANDARINA	7 BRÒQUIL AL VAPOR TIMBAL D'ARRÒS AMB VERDURES I SÍPIA POMA	8 AMANIDA AMB AVOCAT, FORMATGE I TOMÀQUET PANCAKES DE COLIFLOR TARONJA	9 PIZZA AMB BASE DE LLENTIES, TOMÀQUET, FORMATGE I GALL D'INDI BASTONETS DE PASTANAGA I CARBASSÓ IOGURT	S2
12 FESTA	13 TRINXAT DE COLIFLOR I PATATA SALMÓ AL FORN AMB PEBROT POMA	14 TOMÀQUETS GRATINATS AL FORN MANDONGUILLES DE GALL D'INDI AMB XAMPINYONS PERA	15 ARRÒS 3 DELÍCIES: XAMPINYONS, PÈSOL I PERNIL CUIT HAMBURGUESA DE CIGRÓ I ESPINACS TARONJA	16 CREMA DE PORRO REMENAT D'OU AMB ESPINACS I TOMÀQUET PA INTEGRAL I PLÀTAN	S3
19 MONGETA VERDA AMB ALL I PERNIL TIRES DE POLLASTRE SALTADES AMB PEBROT I CEBA PA INTEGRAL I TARONJA	20 AMANIDA D'HIVERN AMB ESCAROLA I BLAT DE MORO HAMBURGUESA DE VEDELLA AMB GUARNICIÓ DE QUINOA IOGURT	21 CREMA DE CARBASSÓ TIMBAL DE LLENTIES, PEBROT I ARRÒS MANDARINA	22 GRAELLADA DE VERDURES VERAT A LA LLIMONA AMB PATATA PLÀTAN	23 BROU VEGETAL AMB PASTA INTEGRAL OUS FARCITS AMB BONÍTOL I PEBROT VERMELL POMA	S4
26 BRÒQUIL I PATATA AL VAPOR GALL D'INDI A LA PLANXA AMB VERDURES POMA	27 BROU VEGETAL AMB PASTA INTEGRAL BROQUETES DE POLLASTRE AMB VERDURETES I MONIATO PLÀTAN	28 ESPAGUETTIS DE CARBASSÓ AMB FORMATGE RATLLAT SALMÓ AL PAPILOT AMB VERDURES DE TEMPORADA IOGURT	29 ALBERGÍNIA FARCIDA DE SOJA TEXTURITZADA, CEBA I TOMÀQUET GUARNICIÓ D'ARRÒS INTEGRAL TARONJA		S5

Segueix l'activitat dels nostres menjadors escolars: informació sobre els protocols de seguretat amb fotos i vídeos per compartir com treballem i quines activitats organitzem amb els nens i nenes. Endavant!

f @CAMPOSESTELAcom t @CAMPOSESTELAcom i @CAMPOSESTELAcom

