



campos estela

ÀPATS I LLEURE PER A ESCOLES

POMPEU FABRA

Menú basal

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 ARRÒS INTEGRAL AMB SALS DE VERDURES LLUÇ AL FORN A LA LLIMONA ENCIAM I API, PA BLANC I IOGURT	2 CREMA DE LLEGUMS POLLASTRE A LA TARONJA BASTONETS DE PASTANAGA, PA INTEGRAL I FRUITA
5 CREMA DE MONIATO, PORRO I CEBA FIDEUS A LA CASSOLA PA INTEGRAL I FRUITA	6 ARRÒS AMB HORTALISSES VEDELLA ESTOFADA ENCIAM I PASTANAGA, PA BLANC I IOGURT	7 BROU VEGETAL I PASTA LLUÇ AMB ALL I JULIVERT ENCIAM I TOMÀQUET, PA INTEGRAL I FRUITA	8 MONGETES ESTOFADES AMB HORTALISSES TRUITA D'ESPINACS ENCIAM I OLIVES, PA BLANC I FRUITA ÀCIDA	9 MACARRONS INTEGRALS AMB SALS DE VERDURES I FORMATGE POLLASTRE ARREBOSSAT PATATES DE LUXE, PA INTEGRAL I BATUT
12 FESTA	13 ARRÒS INTEGRAL AMB SALS DE VERDURES HAMBURGUESA VEGETAL ENCIAM I PASTANAGA, PA BLANC I FRUITA	14 CIGRONS ESTOFATS AMB HORTALISSES TRUITA DE FORMATGE ENCIAM I PIPES, PA INTEGRAL I FRUITA ÀCIDA	15 CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA POLLASTRE AL FORN AMB LLIMONA ENCIAM I PANSES, PA BLANC I FRUITA	16 MONGETA I PATATA SALMÓ AL FORN ENCIAM I COGOMBRE, PA INTEGRAL I FRUITA
19 ESPAGUETIS INTEGRALS AMB PIPESTO LLUÇ AL FORN AMB TOMÀQUET I CEBA ENCIAM I PIPES, PA INTEGRAL I FRUITA	20 ARRÒS AMB VERDURES MAGRA AL FORN ENCIAM I API, PA BLANC I IOGURT	21 LLENTIES ESTOFADES AMB HORTALISSES TRUITA DE PATATES ENCIAM I OLIVES, PA INTEGRAL I FRUITA	22 PATATA I PÈSOL GALL DINDI AL FORN ENCIAM I TOMÀQUET, PA BLANC I FRUITA ÀCIDA	23 CREMA DE CARBASSA MACARRONS AMB BOLONYESA VEGETAL PA INTEGRAL I TRIA LA FRUITA
26 MONGETES ESTOFADES AMB HORTALISSES TRUITA DE CARBASSÓ I CEBA ENCIAM I TOMÀQUET, PA INTEGRAL I IOGURT	27 PASTA INTEGRAL AMB SALS DE VERDURES I FORMATGE LLUÇ AL FORN AMB PATATA I CEBA ENCIAM I OLIVES, PA BLANC I FRUITA	28 CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA MANDONGUILLES DE VEDELLA ENCIAM I COGOMBRE, PA INTEGRAL I FRUITA	29 BRÒCOLI AMB PATATA ARRÒS AMB PEIX PA BLANC I FRUITA	

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

