

MENÚ ESCOLAR

camposestela.com

1r Trimestre 2026

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



OCTUBRE

SENSE SAL

*No afegim sal a cap elaboració

*Sense conserves ni ou líquid

campos estela

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

CUINES DEL MÓN

Aquest curs, dins del projecte **XCEPCIONALS**, seguim avançant cap a un **migdia cada vegada més inclusiu**. I ho fem a través de la gastronomia que ens acostia a diferents orígens i cultures que conviuen a l'escola. Aquest octubre, els infants han triat la **cuina italiana** per començar el viatge pel món.



1

MONGETA AMB PATATA I PASTANAGA

LASANYA CASOLANA AMB BOLONYESA VEGETAL amb tomàquet natural*
PA s/sal*
FRUITA

2

CREMA DE VERDURES

POLLASTRE ARREBOSSAT

ENCIAM I TOMÀQUET PA s/sal*

FRUITA



5

BRÒCOLI AMB PATATA

PASTA AMB BOLONYESA VEGETAL amb tomàquet natural*

ENCIAM I COGOMBRE
PA s/sal*
FRUITA

6

BROU D'AU AMB ARRÓS

CARN D'AU PLANXA*
ENCIAM I TOMÀQUET PA s/sal*

IOGURT



7

PASTA INTEGRAL AMB SALSA DE TOMÀQUET NATURAL*

BUNYOLS CASOLANS DE BACALLÀ

AMANIDA*
PA s/sal*
FRUITA



8

CREMA DE LLEGUM I VERDURES

ARRÓS A LA CASSOLA AMB PEIX

PA s/sal*
FRUITA



9

CIGRONS AMB HORTALISSES*

POLLASTRE AMB VERDURES s/soja*

PA s/sal*
FRUITA ÀCIDA

12



13

ARRÓS AMB TOMÀQUET natural*

Hamburguesa de llegum feta al col.le*

ENCIAM I PASTANAGA fresca
PA s/sal*
FRUITA

14

LLENTIES AMB HORTALISSES*

LLUÇ AL FORN AMB PATATA I CEBA

PA s/sal*
FRUITA ÀCIDA

15

PASTA INTEGRAL AMB OLI D'ALFÀBREGA*

POLLASTRE A LLIMONA

ENCIAM I COGOMBRE
PA s/sal*
IOGURT



16

MONGETA AMB PATATA

PEIX PLANXA*

ENCIAM I TOMÀQUET PA s/sal*

FRUITA



19

CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA

PASTA AMB BOLONYESA VEGETAL AMB TOMÀQUET NATURAL*

PA s/sal*
FRUITA

20

BROU VEGETAL AMB PASTA

BACALLÀ ben desalat ARREBOSSAT*

ENCIAM I TOMÀQUET

PA s/sal*
FRUITA

21

CIGRONS AMB HORTALISSES*

CARN D'AU PLANXA*

AMANIDA*
PA s/sal*

FRUITA



22

TAGLIATELLE AMB TOMÀQUET NATURAL*

COTOLETTA ALLA MILANESE

GELATO

23

ARRÓS TRES DELÍCIES s/pernil ni ou*

POLLASTRE AMB ALLADA

ENCIAM I PASTANAGA fresca*

PA s/sal*
FRUITA



26

ARRÓS AMB SALSA DE VERDURES*

LLENTIES AMB HORTALISSES*

PA s/sal*
FRUITA

27

MONGETA AMB PATATA

CARN D'AU PLANXA* AMANIDA*

PA s/sal*
FRUITA

28

PASTA INTEGRAL AMB TOMÀQUET NATURAL I ORENGA*

LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT

ENCIAM I BLAT DE MORO s/conserva*
PA s/sal*
FRUITA

29

MONGETES AMB HORTALISSES*

CARN D'AU AMB VERDURES*

PA s/sal*
FRUITA

30



CLICA AQUÍ!



CONEIXES EL MENÚ XCEPCIONAL?



Saber què hi ha per dinar amb un menú visual fa que els infants l'anticipin i el gaudeixin més, afavorint la inclusió al migdia. Les fotografies ens mostren el primer plat, el segon i les postres! Per això, el curs passat vam començar a introduir el MENÚ XCEPCIONAL.

DESCARREGA EL MENÚ VISUAL

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 amb els seus al·lèrgens corresponents 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. Campos Estela es reserva el dret a fer canvis al menú per causes de força major.