MENÚ ESCOLAR

Novembre 2026

camposestela.com

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

NOVEMBRE

SENSE SAL
*No afegim sal a cap elaboració
*Sense conserves ni oulíquid

campos estela

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 LLENTIES ESTOFADES AMB HORTALISSES * SALMÓ AL FORN AMB VERDURES PA s/sal* FRUITA ÀCIDA	**3** PATATA, MONGETA I PASTANAGA LASSANYA AMB BOLONYESA VEGETAL s/formatge i tomàquet natural* PA s/sal* FRUITA	**4** PASTA AMB SALSA DE VERDURES* CARN VERMELLA (no picada)* NO SUGAR DAY ENCIAM I PASTANAGA PA s/sal* **IOGURT**	**5** TU TRIES SALSA **ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET O DE VERDURES** LLUÇ PLANXA* AMANIDA* PA s/sal* FRUITA	**6** PATATA I PÈSOL POLLASTRE ARREBOSSAT* ENCIAM I TOMÀQUET PA s/sal* FRUITA
9 CREMA DE CARBASSA **ARRÒS A LA CASSOLA AMB PEIX** IAIA'S DAYS PA s/sal* FRUITA	**10** PATATA I BRÒQUIL PASTA AMB BOLONYESA VEGETAL DE SOJA AMB TOMÀQUET NATURAL* PA s/sal* FRUITA	**11** BROU D'AU I ARRÒS PEIX PLANXA* ENCIAM I TOMÀQUET PA s/sal* FRUITA	**12** CIGRONS ESTOFATS AMB HORTALISSES* POLLASTRE AMB VERDURES S/SOJA* PA s/sal* FRUITA ÀCIDA	**13** PASTA AMB TOMÀQUET NATURAL * **BUNYOLS DE LLUÇ*** AMANIDA* PA s/sal* IOGURT FET AL COL·LE
16 ARRÒS AMB TOMÀQUET NATURAL* **HAMBURGUESA VEGETAL feta al co.le*** ENCIAM I PASTANAGA PA s/sal* FRUITA MEATLESS DAY	**17** PATATA I MONGETA TENDRA MAGRA DE PORC planxa* AMANIDA* PA s/sal* FRUITA	**18** LLENTIES ESTOFADES AMB HORTALISSES* POLLASTRE A LA LLIMONA ENCIAM I COGOMBRE PA s/sal* IOGURT	**19** PASTA INTEGRAL AMB SALSA DE CARBASSA I POMA LLUÇ AL FORN AMB PATATA I CEBA PA s/sal* FRUITA	**20** CIGRONS ESTOFATS AMB HORTALISSES* CARN D'AU PLANXA* ENCIAM I TOMÀQUET PA s/sal* FRUITA ÀCIDA
23 CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA PASTA AMB BOLONYESA VEGETAL AMB TOMÀQUET NATURAL* PA s/sal* FRUITA	**24** **ARRÒS A LA MEXICANA AMB TOMÀQUET NATURAL*** CUINES DEL MÓN **FAJITES DE POLLASTRE S/SOJA*** **MACEDÒNIA DE FRUITES FRESQUES**	**25** CIGRONS ESTOFATS AMB HORTALISSES* PEIX PLANXA* **AMANIDA*** PA s/sal* FRUITA ÀCIDA TRIA L'AMANIDA	**26** PATATA I COLIFLOR **POLLASTRE AMB ALLADA** ENCIAM I PASTANAGA PA s/sal* FRUITA DE COMARQUES	**27** BROU VEGETAL I PASTA BLAU FRESH **PEIX FRESC** ENCIAM I TOMÀQUET PA s/sal* IOGURT
30 LLENTIES ESTOFADES AMB HORTALISSES* HAMBURGUESA VEGETAL feta al col-le* AMANIDA PA s/sal* FRUITA				

CUINES DEL MÓN

Amb el projecte **XCEPCIONALS** d'aquest any, posem el focus en els diferents orígens i cultures que conviuen a l'escola a través de la seva gastronomia!
Aquest novembre, els infants han estriat la **cuina mexicana** per continuar amb el seu viatge pel món. Som-hi!

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 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 "Menúr" de la nostra web www.camposestela.com. Campos Estela es reserva el dret a fer canvis al menú per causes de força major.