

BO*SA SOSTENIBLE i SEGUR

MENÚ 3R TRIMESTRE 2021-22



campos estela
sabe que alimenta

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



Maig

MEATLESS DAY!

Menú Basal

dilluns

dimarts

dimecres

dijous

divendres

S1

2

LLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURES

TRUITA DE CARBASSÓ

ENCIAM I OLIVES, PA
INTEGRAL I FRUITA

3

AMANIDA DE PASTA

LLUÇ AMB PATATA
I CEBA

ENCIAM I BLAT DE
MORO, PA BLANC I
FRUITA

4

DE COMARQUES 5

CREMA DE CIGRONS O
PÈSOLS

ARRÒS AMB
COSTELLA

PA INTEGRAL I FRUITA

PATATA I MONGETA

CUIXETES DE
POLLASTRE AL FORN
AMB LLIMONA

ENCIAM I
COGOMBRE, PA
INTEGRAL I IOGURT

6

CREMA DE VERDURES
DE TEMPORADA

PASTA INTEGRAL AMB
BOLONYESA DE SOJA

PA BLANC I
TRIA LA FRUITA

S2

9

integral

ARRÒS INTEGRAL
AMB SALSA DE
VERDURES

LLUÇ AMB SALSA
MARINERA

ENCIAM I PANSES, PA
INTEGRAL I FRUITA

10

AMANIDA:
ENCIAM,
TOMÀQUET,
PASTANAGA, OLIVES,
BLAT I FRUITS SECS O
CREMA VERDURES

LASANYA VEGETAL
FETA AL COL·LE

PA BLANC I FRUITA

11

PASTANAGA,
MONGETA I COLIFLOR

ALETES DE
POLLASTRE AL FORN

PATATES DE LUXE, PA
INTEGRAL I IOGURT

12

CIGRONS ESTOFATS

TRUITA D'ESPINACS

BASTONETS DE
PASTANAGA, PA
BLANC I FRUITA

13

CREMA
DE CARBASSA

FIDEUÀ DE PEIX

PA INTEGRAL I
TRIA LA FRUITA

S3

16

VICHYSOISE

PASTA AMB
BOLONYESA DE
SOJA

PA INTEGRAL I
FRUITA

17

AMANIDA D'ESTIU
AMB PATATA

HAMBURGUESA
VEGETAL

ENCIAM I BLAT DE
MORO, PA INTEGRAL I
FRUITA

18

ARRÒS AMB
TOMÀQUET

OUS FARCITS AMB
TONYINA

ENCIAM I PIPES, PA
BLANC I FRUITA

19

MONGETES ESTOFADES

CUIXES DE POLLASTRE
AMB ALLADA

ARRÒS SALTAT, PA
BLANC I BATUT DE
FRUITA FRESCA I IOGURT

20

ESPAGUETIS INTEGRALS
AMB SALSA DE
VERDURES I FORMATGE

PEIX FRESC DE
TEMPORADA

ENCIAM I COGOMBRE,
PA INTEGRAL I
TRIA LA FRUITA

S4

23

HUMMUS DE
CIGRÓ I BASTONETS DE
PASTANAGA O
PURÉ DE LLEGUMS

TRUITA DE PATATES

ENCIAM I OLIVES, PA
BLANC I FRUITA

24

ARRÒS INTEGRAL
AMB TOMÀQUET

LLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURES

PA INTEGRAL I
FRUITA

25

AMANIDA RUSSA

POLLASTRE AMB
HERBES PROVENÇALS

TASTET DE
SALMOREJO DE
MONGETES SEQUES,
PA INTEGRAL I
IOGURT

26

PASTA INTEGRAL
PIPESTO AMB
ALFÀBREGA, PIPES,
PARMESÀ I OLI D'OLIVA

LLUÇ AL FORN AMB
TOMÀQUET I CEBA

PA BLANC I FRUITA

27

CREMA DE CARBASSÓ

GALL DINDI ESTOFAT
AMB XAMPINYONS

PA INTEGRAL I
TRIA LA FRUITA

S5

30

PASTA YAKISOBA AMB
VERDURES

LLUÇ AL FORN AMB
ALL I JULIVERT

ENCIAM I PANSES, PA
INTEGRAL I FRUITA

31

GASPATXO

PASTA AMB CARN DE
VEDELLA I
FORMATGE

PA BLANC I FRUITA



TASTET DE SALMOREJO DE MONGETES SEQUES

Aquesta recepta, treballada amb el xef Alex Pirla, prescindeix del pa i incorpora mongetes seques per obtenir una textura ben fina. Una crema suau i fresca!

<https://camposestela.com/blog/tastet-de-salmorejo-de-mongetes-blanques>

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



Maig

MEATLESS DAY!

Menú Celiac

dilluns

dimarts

dimecres

dijous

divendres

S1

2

LLENTIES* ESTOFADES
AMB VERDURES

TRUITA DE CARBASSÓ

ENCIAM I OLIVES, PA* I
FRUITA

3

AMANIDA DE PASTA*

LLUÇ AMB PATATA
I CEBA

ENCIAM I BLAT DE
MORO, PA* I FRUITA

4

DE COMARQUES 5

CREMA DE CIGRONS O
PÈSOLS

ARRÒS AMB
COSTELLA

PA* I FRUITA

PATATA I MONGETA

CUIXETES DE
POLLASTRE AL FORN
AMB LLIMONA

ENCIAM I
COGOMBRE, PA* I
IOGURT

6

CREMA DE VERDURES
DE TEMPORADA

PASTAAMB
BOLONYESA VEGETAL*

PA* I
TRIA LA FRUITA

S2

9

integral

ARRÒS INTEGRAL
AMB SALSA DE
VERDURES

LLUÇ AMB SALSA
MARINERA

ENCIAM I PANSES, PA*
I FRUITA

10

AMANIDA:
ENCIAM,
TOMÀQUET,
PASTANAGA, OLIVES,
BLAT I FRUITS SECS O
CREMA VERDURES

LASANYA* VEGETAL
FETA AL COL·LE

PA* I FRUITA

11

PASTANAGA,
MONGETA I COLIFLOR

ALETES DE
POLLASTRE AL FORN

PATATES DE LUXE,
PA* I IOGURT

12

CIGRONS ESTOFATS

TRUITA D'ESPINACS

BASTONETS DE
PASTANAGA, PA* I
FRUITA

13

CREMA
DE CARBASSA

FIDEUÀ* DE PEIX

PA* I
TRIA LA FRUITA

S3

16

VICHYSOISE

PASTA AMB
BOLONYESA
VEGETAL*

PA* I FRUITA

17

AMANIDA D'ESTIU
AMB PATATA

HAMBURGUESA
VEDELLA*

ENCIAM I BLAT DE
MORO, PA* I FRUITA

18

ARRÒS AMB
TOMÀQUET

OUS FARCITS AMB
TONYINA

ENCIAM I PIPES, PA* I
FRUITA

19

MONGETES ESTOFADES

CUIXES DE POLLASTRE
AMB ALLADA

ARRÒS SALTAT, PA* I
BATUT DE FRUITA
FRESCA I IOGURT

20

ESPAGUETIS* AMB
SALSA DE VERDURES I
FORMATGE

PEIX FRESC DE
TEMPORADA

ENCIAM I COGOMBRE,
PA* I
TRIA LA FRUITA

S4

23

HUMMUS DE
CIGRÓ I BASTONETS DE
PASTANAGA O
PURÉ DE LLEGUMS

TRUITA DE PATATES

ENCIAM I OLIVES, PA* I
FRUITA

24

ARRÒS INTEGRAL
AMB TOMÀQUET

LLENTIES*
ESTOFADES AMB
VERDURES

PA* I FRUITA

25

AMANIDA RUSSA

POLLASTRE AMB
HERBES PROVENÇALS

TASTET DE
SALMOREJO DE
MONGETES SEQUES,
PA* I IOGURT

26

PASTA * PIPESTO AMB
ALFÀBREGA, PIPES,
PARMESÀ I OLI D'OLIVA

LLUÇ AL FORN AMB
TOMÀQUET I CEBA

PA* I FRUITA

27

CREMA DE CARBASSÓ

GALL DINDI ESTOFAT
AMB XAMPINYONS

PA* I
TRIA LA FRUITA

S5

30

PASTA AMB
VERDURES*

LLUÇ AL FORN AMB
ALL I JULIVERT

ENCIAM I PANSES,
PA* I FRUITA

31

GASPATXO

PASTA* AMB CARN
DE VEDELLA I
FORMATGE

PA* I FRUITA



TASTET DE SALMOREJO DE MONGETES SEQUES

Aquesta recepta, treballada amb el xef Àlex Pirla, prescindeix del pa i incorpora mongetes seques per obtenir una textura ben fina. Una crema suau i fresca!

<https://camposestela.com/blog/tastet-de-salmorejo-de-mongetes-blanques>

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



Maig

MEATLESS DAY!

MENÚ VEGÀ

dilluns

dimarts

dimecres

dijous

divendres

S1

2

LLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURES
I ARRÒS

ENCIAM I OLIVES, PA
INTEGRAL I FRUITA

3

AMANIDA DE PASTA*

LLEGUM SALTAT*
AMB PATATA
I CEBA

ENCIAM I BLAT DE
MORO, PA BLANC

4

DE COMARQUES 5

CREMA DE CIGRONS O
PÈSOLS

**ARRÒS AMB
VERDURES***

PA INTEGRAL I FRUITA

PATATA I MONGETA

HAMBURGUESA
VEGETAL*

ENCIAM I
COGOMBRE, PA
INTEGRAL I FRUITA*

6

CREMA DE VERDURES
DE TEMPORADA

PASTA INTEGRAL AMB
BOLONYESA DE SOJA

PA BLANC I
TRIA LA FRUITA

S2

9

integral

ARRÒS INTEGRAL
AMB SALSA DE
VERDURES

LLEGUM SALTAT*

ENCIAM I PANSES, PA
INTEGRAL I FRUITA

10

AMANIDA:
ENCIAM,
TOMÀQUET,
PASTANAGA, OLIVES,
BLAT I FRUITS SECS O
CREMA VERDURES

LASANYA VEGETAL
FETA AL COL·LE

PA BLANC I FRUITA

11

PASTANAGA,
MONGETA I COLIFLOR

CREMA DE LLEGUM*

PATATES DE LUXE, PA
INTEGRAL I FRUITA*

12

CIGRONS ESTOFADES
I ARRÒS

BASTONETS DE
PASTANAGA, PA
BLANC I FRUITA

13

CREMA
DE CARBASSA

FIDEUÀ DE
VERDURES*

PA INTEGRAL I
TRIA LA FRUITA

S3

16

VICHYSOISE

PASTA AMB
BOLONYESA DE
SOJA

PA INTEGRAL I
FRUITA

17

AMANIDA D'ESTIU
AMB PATATA*

HAMBURGUESA
VEGETAL

ENCIAM I BLAT DE
MORO, PA INTEGRAL I
FRUITA

18

ARRÒS AMB
TOMÀQUET

LLEGUM SALTAT*

ENCIAM I PIPES, PA
BLANC I FRUITA

19

MONGETES ESTOFADES
I ARRÒS

PA BLANC I BATUT DE
FRUITA FRESCA *

20

ESPAGUETIS INTEGRALS
AMB SALSA DE
VERDURES

CREMA DE LLEGUM*

ENCIAM I COGOMBRE,
PA INTEGRAL I
TRIA LA FRUITA

S4

23

HUMMUS DE
CIGRÓ I BASTONETS DE
PASTANAGA O
PURÉ DE LLEGUMS

PASTA AMB VERDURES*

ENCIAM I OLIVES, PA
BLANC I FRUITA

24

ARRÒS INTEGRAL
AMB TOMÀQUET

LLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURES

PA INTEGRAL I
FRUITA

25

AMANIDA RUSSA *

TASTET DE
SALMOREJO DE
MONGETES SEQUES,
PA INTEGRAL I
FRUITA*

26

PASTA INTEGRAL
PIESTO AMB
ALFÀBREGA, PIPES,
PARMESÀ I OLI D'OLIVA

LLEGUM SALTAT*AMB
TOMÀQUET I CEBA

PA BLANC I FRUITA

27

CREMA DE CARBASSÓ

HAMBURGUESA VEGETAL*

PA INTEGRAL I
TRIA LA FRUITA

S5

30

PASTA YAKISOBA AMB
VERDURES

CREMA DE LLEGUM*

ENCIAM I PANSES, PA
INTEGRAL I FRUITA

31

GASPATXO

PASTA AMB
BOLONYESA
VEGETAL*

PA BLANC I FRUITA



TASTET DE SALMOREJO DE MONGETES SEQUES

Aquesta recepta, treballada amb el xef
Àlex Pirla, prescindeix del pa i incorpora
mongetes seques per obtenir una textura
ben fina. Una crema suau i fresca!

<https://camposestela.com/blog/tastet-de-salmorejo-de-mongetes-blanques>

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



Maig

MEATLESS DAY!

MENÚ OVOLACTEVEGETARIÀ

dilluns

dimarts

dimecres

dijous

divendres

S1

2
LLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURES

TRUITA DE CARBASSÓ

ENCIAM I OLIVES, PA
INTEGRAL I FRUITA

3
AMANIDA DE PASTA*

LLEGUM SALTAT*
AMB PATATA
I CEBA

ENCIAM I BLAT DE
MORO, PA BLANC

4 **DE COMARQUES 5**
CREMA DE CIGRONS O
PÈSOLS

**ARRÒS AMB
VERDURES***

PA INTEGRAL I FRUITA

PATATA I MONGETA

TRUITA*

ENCIAM I
COGOMBRE, PA
INTEGRAL I IOGURT

6
CREMA DE VERDURES
DE TEMPORADA

PASTA INTEGRAL AMB
BOLONYESA DE SOJA

PA BLANC I
TRIA LA FRUITA

S2

9 **integral**
ARRÒS INTEGRAL
AMB SALSA DE
VERDURES

LLEGUM SALTAT*

ENCIAM I PANSES, PA
INTEGRAL I FRUITA

10 **TRIPLES LES CUINERES**
AMANIDA:
ENCIAM,
TOMÀQUET,
PASTANAGA, OLIVES,
BLAT I FRUITS SECS O
CREMA VERDURES

LASANYA VEGETAL
FETA AL COL-LE

PA BLANC I FRUITA

11
PASTANAGA,
MONGETA I COLIFLOR

CREMA DE LLEGUM*

PATATES DE LUXE, PA
INTEGRAL I IOGURT

12 **TASTETS**
CIGRONS ESTOFADES

TRUITA D'ESPINACS

BASTONETS DE
PASTANAGA, PA
BLANC I FRUITA

13 **TRIPLES FRUITA?**
CREMA
DE CARBASSA

FIDEUÀ DE
VERDURES*

PA INTEGRAL I
TRIA LA FRUITA
laia's day!

S3

16
VICHYSOISE

PASTA AMB
BOLONYESA DE
SOJA

PA INTEGRAL I
FRUITA

17
AMANIDA D'ESTIU
AMB PATATA*

HAMBURGUESA
VEGETAL

ENCIAM I BLAT DE
MORO, PA INTEGRAL I
FRUITA

18 **FETA AL COL-LE!**
ARRÒS AMB
TOMÀQUET

LLEGUM SALTAT*

ENCIAM I PIPES, PA
BLANC I FRUITA

19
MONGETES ESTOFADES

TRUITA*

ARRÒS SALTAT, PA
BLANC I BATUT DE
FRUITA FRESCA I IOGURT

20 **Blanc de Fresh!**
ESPAGUETIS INTEGRALS
AMB SALSA DE
VERDURES I FORMATGE

CREMA DE LLEGUM*

ENCIAM I COGOMBRE,
PA INTEGRAL I
TRIA LA FRUITA

S4

23 **TRIPLES LES CUINERES**
HUMMUS DE
CIGRÓ I BASTONETS DE
PASTANAGA O
PURÉ DE LLEGUMS

TRUITA DE PATATES

ENCIAM I OLIVES, PA
BLANC I FRUITA

24 **TASTETS**
ARRÒS INTEGRAL
AMB TOMÀQUET

LLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURES

PA INTEGRAL I
FRUITA

25
AMANIDA RUSSA*

TASTET DE
SALMOREJO DE
MONGETES SEQUES,
PA INTEGRAL I
IOGURT

26
PASTA INTEGRAL
PIPESTO AMB
ALFÀBREGA, PIPES,
PARMESÀ I OLI D'OLIVA

LLEGUM SALTAT* AMB
TOMÀQUET I CEBA

PA BLANC I FRUITA

27 **TRIPLES FRUITA?**
CREMA DE CARBASSÓ

TRUITA*
AMB XAMPINYONS

PA INTEGRAL I
TRIA LA FRUITA

S5

30
PASTA YAKISOBA AMB
VERDURES

CREMA DE LLEGUM*

ENCIAM I PANSES, PA
INTEGRAL I FRUITA

31
GASPATXO

PASTA AMB
BOLONYESA
VEGETAL* I
FORMATGE

PA BLANC I FRUITA
laia's day!



TASTET DE SALMOREJO DE MONGETES SEQUES

Aquesta recepta, treballada amb el xef Àlex Pirla, prescindeix del pa i incorpora mongetes seques per obtenir una textura ben fina. Una crema suau i fresca!

<https://camposestela.com/blog/tastet-de-salmorejo-de-mongetes-blanques>

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



Maig

MEATLESS DAY!

MENÚ SENSE PORC

dilluns

dimarts

dimecres

dijous

divendres

S1

2
LLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURES

TRUITA DE CARBASSÓ

ENCIAM I OLIVES, PA
INTEGRAL I FRUITA

3
AMANIDA DE PASTA

LLUÇ AMB PATATA
I CEBA

ENCIAM I BLAT DE
MORO, PA BLANC I
FRUITA

4 **DE COMARQUES 5**
CREMA DE CIGRONS O
PÈSOLS

**ARRÒS AMB
VERDURES***

PA INTEGRAL I FRUITA

PATATA I MONGETA

CUIXETES DE
POLLASTRE AL FORN
AMB LLIMONA

ENCIAM I
COGOMBRE, PA
INTEGRAL I IOGURT

6
CREMA DE VERDURES
DE TEMPORADA

PASTA INTEGRAL AMB
BOLONYESA DE SOJA

PA BLANC I
TRIA LA FRUITA

S2

9 **integral**
ARRÒS INTEGRAL
AMB SALSA DE
VERDURES

LLUÇ AMB SALSA
MARINERA

ENCIAM I PANSES, PA
INTEGRAL I FRUITA

10 **TRIPLES CUINERES**
AMANIDA:
ENCIAM,
TOMÀQUET,
PASTANAGA, OLIVES,
BLAT I FRUITS SECS O
CREMA VERDURES

LASANYA VEGETAL
FETA AL COL·LE

PA BLANC I FRUITA

11
PASTANAGA,
MONGETA I COLIFLOR

ALETES DE
POLLASTRE AL FORN

PATATES DE LUXE, PA
INTEGRAL I IOGURT

12
CIGRONS ESTOFADES

TRUITA D'ESPINACS

BASTONETS DE
PASTANAGA, PA
BLANC I FRUITA

13
CREMA
DE CARBASSA

FIDEUÀ DE PEIX

PA INTEGRAL I
TRIA LA FRUITA

S3

16
VICHYSOISE

PASTA AMB
BOLONYESA DE
SOJA

PA INTEGRAL I
FRUITA

17
AMANIDA D'ESTIU
AMB PATATA

HAMBURGUESA
VEGETAL

ENCIAM I BLAT DE
MORO, PA INTEGRAL I
FRUITA

18 **FETA AL COL·LE!**
ARRÒS AMB
TOMÀQUET

OUS FARCITS AMB
TONYINA

ENCIAM I PIPES, PA
BLANC I FRUITA

19
MONGETES ESTOFADES

CUIXES DE POLLASTRE
AMB ALLADA

ARRÒS SALTAT, PA
BLANC I BATUT DE
FRUITA FRESCA I IOGURT

20
ESPAGUETIS INTEGRALS
AMB SALSA DE
VERDURES I FORMATGE

PEIX FRESC DE
TEMPORADA

ENCIAM I COGOMBRE,
PA INTEGRAL I
TRIA LA FRUITA

S4

23 **TRIPLES CUINERES**
HUMMUS DE
CIGRÓ I BASTONETS DE
PASTANAGA O
PURÉ DE LLEGUMS

TRUITA DE PATATES

ENCIAM I OLIVES, PA
BLANC I FRUITA

24
ARRÒS INTEGRAL
AMB TOMÀQUET

LLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURES

PA INTEGRAL I
FRUITA

25
AMANIDA RUSSA

POLLASTRE AMB
HERBES PROVENÇALS

TASTET DE
SALMOREJO DE
MONGETES SEQUES,
PA INTEGRAL I
IOGURT

26
PASTA INTEGRAL
PIPESTO AMB
ALFÀBREGA, PIPES,
PARMESÀ I OLI D'OLIVA

LLUÇ AL FORN AMB
TOMÀQUET I CEBA

PA BLANC I FRUITA

27 **TRIPLES CUINERES**
CREMA DE CARBASSÓ

GALL DINDI ESTOFAT
AMB XAMPINYONS

PA INTEGRAL I
TRIA LA FRUITA

S5

30
PASTA YAKISOBA AMB
VERDURES

LLUÇ AL FORN AMB
ALL I JULIVERT

ENCIAM I PANSES, PA
INTEGRAL I FRUITA

31
GASPATXO

PASTA AMB CARN DE
VEDELLA I
FORMATGE

PA BLANC I FRUITA

laia's day!



TASTET DE SALMOREJO DE MONGETES SEQUES

Aquesta recepta, treballada amb el xef Alex Pirla, prescindeix del pa i incorpora mongetes seques per obtenir una textura ben fina. Una crema suau i fresca!

<https://camposestela.com/blog/tastet-de-salmorejo-de-mongetes-blanques>

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



Maig

MEATLESS DAY!

Menú sense peix

dilluns

dimarts

dimecres

dijous

divendres

S1

2
LLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURES

TRUITA DE CARBASSÓ

ENCIAM I OLIVES, PA
INTEGRAL I FRUITA

3
AMANIDA DE PASTA*

CARN D'AU* AMB
PATATA
I CEBA

ENCIAM I BLAT DE
MORO, PA BLANC I

4 **DE COMARQUES 5**
CREMA DE CIGRONS O
PÈSOLS

**ARRÒS AMB
COSTELLA**

PA INTEGRAL I FRUITA

PATATA I MONGETA

CUIXETES DE
POLLASTRE AL FORN
AMB LLIMONA

ENCIAM I
COGOMBRE, PA
INTEGRAL I IOGURT

6
CREMA DE VERDURES
DE TEMPORADA

PASTA INTEGRAL AMB
BOLONYESA DE SOJA

PA BLANC I
TRIA LA FRUITA

S2

9 **integral**
ARRÒS INTEGRAL
AMB SALSA DE
VERDURES

CARN D'AU*

ENCIAM I PANSES, PA
INTEGRAL I FRUITA

10 **TRIEU LES
CUINERES**
AMANIDA:
ENCIAM,
TOMÀQUET,
PASTANAGA, OLIVES,
BLAT I FRUITS SECS O
CREMA VERDURES

LASANYA VEGETAL
FETA AL COL·LE

PA BLANC I FRUITA

11
PASTANAGA,
MONGETA I COLIFLOR

ALETES DE
POLLASTRE AL FORN

PATATES DE LUXE, PA
INTEGRAL I IOGURT

12 **TASTETS**
CIGRONS ESTOFADES

TRUITA D'ESPINACS

BASTONETS DE
PASTANAGA, PA
BLANC I FRUITA

13 **TRIEU
FRUITA?**
CREMA
DE CARBASSA

FIDEUÀ DE
VERDURES*

PA INTEGRAL I
TRIA LA FRUITA
laia's day!

S3

16
VICHYSOISE

PASTA AMB
BOLONYESA DE
SOJA

PA INTEGRAL I
FRUITA

17
AMANIDA D'ESTIU
AMB PATATA

HAMBURGUESA
VEGETAL

ENCIAM I BLAT DE
MORO, PA INTEGRAL I
FRUITA

18 **FETA AL COL·LE!**
ARRÒS AMB
TOMÀQUET

TRUITA*

ENCIAM I PIPES, PA
BLANC I FRUITA

19
MONGETES ESTOFADES

CUIXES DE POLLASTRE
AMB ALLADA

ARRÒS SALTAT, PA
BLANC I BATUT DE
FRUITA FRESCA I IOGURT

20 **Blau de FRESH!**
ESPAGUETIS INTEGRALS
AMB SALSA DE
VERDURES I FORMATGE

CARN D'AU*

ENCIAM I COGOMBRE,
PA INTEGRAL I
TRIA LA FRUITA

S4

23 **TRIEU LES
CUINERES**
HUMMUS DE
CIGRÓ I BASTONETS DE
PASTANAGA O
PURÉ DE LLEGUMS

TRUITA DE PATATES

ENCIAM I OLIVES, PA
BLANC I FRUITA

24 **TASTETS**
ARRÒS INTEGRAL
AMB TOMÀQUET

LLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURES

PA INTEGRAL I
FRUITA

25
AMANIDA RUSSA*

POLLASTRE AMB
HERBES PROVENÇALS

TASTET DE
SALMOREJO DE
MONGETES SEQUES,
PA INTEGRAL I
IOGURT

26
PASTA INTEGRAL
PIPESTO AMB
ALFÀBREGA, PIPES,
PARMESÀ I OLI D'OLIVA

CARN D'AU* AMB
TOMÀQUET I CEBA

PA BLANC I FRUITA

27 **TRIEU
FRUITA?**
CREMA DE CARBASSÓ

GALL DINDI ESTOFAT
AMB XAMPINYONS

PA INTEGRAL I
TRIA LA FRUITA

S5

30
PASTA YAKISOBA AMB
VERDURES

CARN D'AU*

ENCIAM I PANSES, PA
INTEGRAL I FRUITA

31
GASPATXO

PASTA AMB CARN DE
VEDELLA I
FORMATGE

PA BLANC I FRUITA
laia's day!



TASTET DE SALMOREJO DE MONGETES SEQUES

Aquesta recepta, treballada amb el xef Alex Pirla, prescindeix del pa i incorpora mongetes seques per obtenir una textura ben fina. Una crema suau i fresca!

<https://camposestela.com/blog/tastet-de-salmorejo-de-mongetes-blanques>

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



Maig

MEATLESS DAY!

MENÚ SENSE ULEGUM

dilluns

dimarts

dimecres

dijous

divendres

S1

2
VERDURA*

TRUITA DE CARBASSÓ

ENCIAM I OLIVES, PA
INTEGRAL I FRUITA

3
AMANIDA DE PASTA

LLUÇ AMB PATATA
I CEBA

ENCIAM I BLAT DE
MORO, PA BLANC I
FRUITA

4 **DE COMARQUES 5**
CREMA DE
VERDURES*

**ARRÒS AMB
COSTELLA**

PA INTEGRAL I FRUITA

PATATA I MONGETA

CUIXETES DE
POLLASTRE AL FORN
AMB LLIMONA

ENCIAM I
COGOMBRE, PA
INTEGRAL I IOGURT

6
CREMA DE VERDURES
DE TEMPORADA

PASTA INTEGRAL AMB
CARN D'AU*

PA BLANC I
TRIA LA FRUITA

S2

9 **integral**
ARRÒS INTEGRAL
AMB SALSA DE
VERDURES

LLUÇ AMB SALSA
MARINERA

ENCIAM I PANSES, PA
INTEGRAL I FRUITA

10 **TRIEN LES
CUINERES**
**AMANIDA:
ENCIAM,
TOMÀQUET,
PASTANAGA, OLIVES,
BLAT I FRUITS SECS O
CREMA VERDURES**

**LASANYA DE CARN
D'AU* FETA AL
COL·LE**

11
PASTANAGA,
MONGETA I COLIFLOR

**ALETES DE
POLLASTRE AL FORN**

PATATES DE LUXE, PA
INTEGRAL I IOGURT

12
VERDURA*

TRUITA D'ESPINACS

**BASTONETS DE
PASTANAGA, PA
BLANC I FRUITA**

13 **TRIEN
FRUITA?**
CREMA
DE CARBASSA

FIDEUÀ DE PEIX

PA INTEGRAL I
TRIA LA FRUITA

S3

16
VICHYSOISE
**PASTA AMB CARN
D'AU***

PA INTEGRAL I
FRUITA

17
PA BLANC I FRUITA

AMANIDA D'ESTIU
AMB PATATA

CARN D'AU*

ENCIAM I BLAT DE
MORO, PA INTEGRAL I
FRUITA

18 **FETA AL COL·LE!**
ARRÒS AMB
TOMÀQUET

**OUS FARCITS AMB
TONYINA**

ENCIAM I PIPES, PA
BLANC I FRUITA

19
VERDURA*

CUIXES DE POLLASTRE
AMB ALLADA

ARRÒS SALTAT, PA
BLANC I BATUT DE
FRUITA FRESCA I IOGURT

20 **Blau de FRESH!**
ESPAGUETIS INTEGRALS
AMB SALSA DE
VERDURES I FORMATGE

**PEIX FRESC DE
TEMPORADA**

ENCIAM I COGOMBRE,
PA INTEGRAL I
TRIA LA FRUITA

S4

23 **TRIEN LES
CUINERES**
CREMA DE VERDURES*

TRUITA DE PATATES

ENCIAM I OLIVES, PA
BLANC I FRUITA

24
**ARRÒS INTEGRAL
AMB TOMÀQUET**

LLUÇ PLANXA*

PA INTEGRAL I
FRUITA

25
AMANIDA RUSSA *

POLLASTRE AMB
HERBES PROVENÇALS

**TASTET DE
SALMOREJO *, PA
INTEGRAL I IOGURT**

26
PASTA INTEGRAL
PIESTO AMB
ALFÀBREGA, PIPES,
PARMESÀ I OLI D'OLIVA

LLUÇ AL FORN AMB
TOMÀQUET I CEBA

PA BLANC I FRUITA

27 **TRIEN
FRUITA?**
CREMA DE CARBASSÓ

GALL DINDI ESTOFAT
AMB XAMPINYONS

PA INTEGRAL I
TRIA LA FRUITA

S5

30
PASTA AMB
VERDURES*

LLUÇ AL FORN AMB
ALL I JULIVERT

ENCIAM I PANSES, PA
INTEGRAL I FRUITA

31
GASPATXO

**PASTA AMB CARN
D'AU* I FORMATGE**

PA BLANC I FRUITA

laia's day!



TASTET DE SALMOREJO DE MONGETES SEQUES

Aquesta recepta, treballada amb el xef
Àlex Pirla, prescindeix del pa i incorpora
mongetes seques per obtenir una textura
ben fina. Una crema suau i fresca!

<https://camposestela.com/blog/tastet-de-salmorejo-de-mongetes-blanques>

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



Maig

MEATLESS DAY!

MENÚ SENSE FRUITS SECS

dilluns

dimarts

dimecres

dijous

divendres

S1

2
LLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURES

TRUITA DE CARBASSÓ

ENCIAM I OLIVES, PA
INTEGRAL I FRUITA

3
AMANIDA DE PASTA

LLUÇ AMB PATATA
I CEBA

ENCIAM I BLAT DE
MORO, PA BLANC I
FRUITA

4 **DE COMARQUES 5**
CREMA DE CIGRONS O
PÈSOLS

**ARRÒS AMB
COSTELLA**

PA INTEGRAL I FRUITA

PATATA I MONGETA

CUIXETES DE
POLLASTRE AL FORN
AMB LLIMONA

ENCIAM I
COGOMBRE, PA
INTEGRAL I IOGURT

6
CREMA DE VERDURES
DE TEMPORADA

PASTA INTEGRAL AMB
BOLONYESA DE SOJA

PA BLANC I
TRIA LA FRUITA

S2

9 **integral**
ARRÒS INTEGRAL
AMB SALSA DE
VERDURES

LLUÇ AMB SALSA
MARINERA

ENCIAM I PANSES, PA
INTEGRAL I FRUITA

10 **TRIEU LES
CUINERES**
**AMANIDA:
ENCIAM,
TOMÀQUET,
PASTANAGA, OLIVES,
BLAT* O CREMA
VERDURES**

**LASANYA VEGETAL
FETA AL COL·LE**

PA BLANC I FRUITA

11
PASTANAGA,
MONGETA I COLIFLOR

**ALETES DE
POLLASTRE AL FORN**

PATATES DE LUXE, PA
INTEGRAL I IOGURT

12
CIGRONS ESTOFADES

TRUITA D'ESPINACS

**BASTONETS DE
PASTANAGA, PA
BLANC I FRUITA**

13
CREMA
DE CARBASSA

FIDEUÀ DE PEIX

PA INTEGRAL I
TRIA LA FRUITA

S3

16
VICHYSOISE

PASTA AMB
BOLONYESA DE
SOJA

PA INTEGRAL I
FRUITA

17
AMANIDA D'ESTIU
AMB PATATA

HAMBURGUESA
VEGETAL

ENCIAM I BLAT DE
MORO, PA INTEGRAL I
FRUITA

18 **FETA AL COL·LE!**
ARRÒS AMB
TOMÀQUET

**OUS FARCITS AMB
TONYINA**

AMANIDA*, PA BLANC
I FRUITA

19
MONGETES ESTOFADES

CUIXES DE POLLASTRE
AMB ALLADA

ARRÒS SALTAT, PA
BLANC I BATUT DE
FRUITA FRESCA I IOGURT

20
ESPAGUETIS INTEGRALS
AMB SALSA DE
VERDURES I FORMATGE

**PEIX FRESC DE
TEMPORADA**

ENCIAM I COGOMBRE,
PA INTEGRAL I
TRIA LA FRUITA

S4

23 **TRIEU LES
CUINERES**
**HUMMUS DE
CIGRÓ I BASTONETS DE
PASTANAGA O
PURÉ DE LLEGUMS**

TRUITA DE PATATES

ENCIAM I OLIVES, PA
BLANC I FRUITA

24
**ARRÒS INTEGRAL
AMB TOMÀQUET**

LLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURES

PA INTEGRAL I
FRUITA

25
AMANIDA RUSSA

POLLASTRE AMB
HERBES PROVENÇALS

**TASTET DE
SALMOREJO DE
MONGETES SEQUES,**
PA INTEGRAL I
IOGURT

26
PASTA INTEGRAL
PIESTO AMB
ALFÀBREGA, PARMESÀ I
OLI D'OLIVA*

LLUÇ AL FORN AMB
TOMÀQUET I CEBA

PA BLANC I FRUITA

27 **TRIEU LES
FRUITA?**
CREMA DE CARBASSÓ

GALL DINDI ESTOFAT
AMB XAMPINYONS

PA INTEGRAL I
TRIA LA FRUITA

S5

30
PASTA YAKISOBA AMB
VERDURES

LLUÇ AL FORN AMB
ALL I JULIVERT

ENCIAM I PANSES, PA
INTEGRAL I FRUITA

31
GASPATXO

**PASTA AMB CARN DE
VEDELLA I
FORMATGE**

PA BLANC I FRUITA

laia's day!



TASTET DE SALMOREJO DE MONGETES SEQUES

Aquesta recepta, treballada amb el xef Alex Pirla, prescindeix del pa i incorpora mongetes seques per obtenir una textura ben fina. Una crema suau i fresca!

<https://camposestela.com/blog/tastet-de-salmorejo-de-mongetes-blanques>

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



Maig

MEATLESS DAY!

MENÚ SENSE CARN

dilluns

dimarts

dimecres

dijous

divendres

S1

2
LLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURES

TRUITA DE CARBASSÓ

ENCIAM I OLIVES, PA
INTEGRAL I FRUITA

3
AMANIDA DE PASTA

LLUÇ AMB PATATA
I CEBA

ENCIAM I BLAT DE
MORO, PA BLANC I
FRUITA

4 **DE COMARQUES 5**
CREMA DE CIGRONS O
PÈSOLS

**ARRÒS AMB
VERDURES***

PA INTEGRAL I FRUITA

PATATA I MONGETA

TRUITA*

ENCIAM I
COGOMBRE, PA
INTEGRAL I IOGURT

6
CREMA DE VERDURES
DE TEMPORADA

PASTA INTEGRAL AMB
BOLONYESA DE SOJA

PA BLANC I
TRIA LA FRUITA

S2

9 **integral**
ARRÒS INTEGRAL
AMB SALSA DE
VERDURES

LLUÇ AMB SALSA
MARINERA

ENCIAM I PANSES, PA
INTEGRAL I FRUITA

10 **TRIEN LES
CUINERES**
**AMANIDA:
ENCIAM,
TOMÀQUET,
PASTANAGA, OLIVES,
BLAT I FRUITS SECS O
CREMA VERDURES**

**LASANYA VEGETAL
FETA AL COL·LE**

PA BLANC I FRUITA

11
PASTANAGA,
MONGETA I COLIFLOR

LLUÇ PLANXA*

PATATES DE LUXE, PA
INTEGRAL I IOGURT

12
CIGRONS ESTOFADES

TRUITA D'ESPINACS

**BASTONETS DE
PASTANAGA, PA
BLANC I FRUITA**

13
CREMA
DE CARBASSA

FIDEUÀ DE PEIX

PA INTEGRAL I
TRIA LA FRUITA

S3

16
VICHYSOISE

PASTA AMB
BOLONYESA DE
SOJA

PA INTEGRAL I
FRUITA

17
AMANIDA D'ESTIU
AMB PATATA

HAMBURGUESA
VEGETAL

ENCIAM I BLAT DE
MORO, PA INTEGRAL I
FRUITA

18 **feta al col·le!**
ARRÒS AMB
TOMÀQUET

**OUS FARCITS AMB
TONYINA**

ENCIAM I PIPES, PA
BLANC I FRUITA

19
MONGETES ESTOFADES

TRUITA*

ARRÒS SALTAT, PA
BLANC I BATUT DE
FRUITA FRESCA I IOGURT

20
ESPAGUETIS INTEGRALS
AMB SALSA DE
VERDURES I FORMATGE

**PEIX FRESC DE
TEMPORADA**

ENCIAM I COGOMBRE,
PA INTEGRAL I
TRIA LA FRUITA

S4

23 **TRIEN LES
CUINERES**
**HUMMUS DE
CIGRÓ I BASTONETS DE
PASTANAGA O
PURÉ DE LLEGUMS**

TRUITA DE PATATES

ENCIAM I OLIVES, PA
BLANC I FRUITA

24
ARRÒS INTEGRAL
AMB TOMÀQUET

LLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURES

PA INTEGRAL I
FRUITA

25
AMANIDA RUSSA
AMB TONYINA I OU
DUR

**TASTET DE
SALMOREJO DE
MONGETES SEQUES,**
PA INTEGRAL I
IOGURT

26
PASTA INTEGRAL
PIPESTO AMB
ALFÀBREGA, PIPES,
PARMESÀ I OLI D'OLIVA

LLUÇ AL FORN AMB
TOMÀQUET I CEBA

PA BLANC I FRUITA

27 **TRIEN LES
CUINERES**
CREMA DE CARBASSÓ

TRUITA*
AMB XAMPINYONS

PA INTEGRAL I
TRIA LA FRUITA

S5

30
PASTA YAKISOBA AMB
VERDURES

LLUÇ AL FORN AMB
ALL I JULIVERT

ENCIAM I PANSES, PA
INTEGRAL I FRUITA

31
GASPATXO

**PASTA AMB
BOLONYESA
VEGETAL* I
FORMATGE**

PA BLANC I FRUITA
laia's day!



TASTET DE SALMOREJO DE MONGETES SEQUES

Aquesta recepta, treballada amb el xef Àlex Pirla, prescindeix del pa i incorpora mongetes seques per obtenir una textura ben fina. Una crema suau i fresca!

<https://camposestela.com/blog/tastet-de-salmorejo-de-mongetes-blanques>

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



Maig

MEATLESS DAY!

MENÚ PROTEÏNA LLETJACA

dilluns

dimarts

dimecres

dijous

divendres

S1

2
LLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURES

TRUITA DE CARBASSÓ

ENCIAM I OLIVES, PA
INTEGRAL I FRUITA

3
AMANIDA DE PASTA

LLUÇ AMB PATATA
I CEBA

ENCIAM I BLAT DE
MORO, PA BLANC I
FRUITA

4 **DE COMARQUES 5**
CREMA DE CIGRONS O
PÈSOLS

**ARRÒS AMB
COSTELLA**

PA INTEGRAL I FRUITA

PATATA I MONGETA

CUIXETES DE
POLLASTRE AL FORN
AMB LLIMONA

ENCIAM I
COGOMBRE, PA
INTEGRAL I FRUITA

6
CREMA DE VERDURES
DE TEMPORADA

PASTA INTEGRAL AMB
BOLONYESA DE SOJA

PA BLANC I
TRIA LA FRUITA

S2

9 **integral**
ARRÒS INTEGRAL
AMB SALSA DE
VERDURES

LLUÇ AMB SALSA
MARINERA

ENCIAM I PANSES, PA
INTEGRAL I FRUITA

10 **TRIEN LES
CUINERES**
**AMANIDA:
ENCIAM,
TOMÀQUET,
PASTANAGA, OLIVES,
BLAT I FRUITS SECS O
CREMA VERDURES**

**LASANYA VEGETAL
FETA AL COL·LE***

PA BLANC I FRUITA

11
PASTANAGA,
MONGETA I COLIFLOR

**ALETES DE
POLLASTRE AL FORN**

PATATES DE LUXE, PA
INTEGRAL I FRUITA*

12
CIGRONS ESTOFATS

TRUITA D'ESPINACS

**BASTONETS DE
PASTANAGA, PA
BLANC I FRUITA**

13
CREMA
DE CARBASSA

FIDEUÀ DE PEIX

PA INTEGRAL I
TRIA LA FRUITA

S3

16
VICHYSOISE

PASTA AMB
BOLONYESA DE
SOJA

PA INTEGRAL I
FRUITA

17
AMANIDA D'ESTIU
AMB PATATA

CARN D'AU*

ENCIAM I BLAT DE
MORO, PA INTEGRAL I
FRUITA

18 **FETA AL COL·LE!**
ARRÒS AMB
TOMÀQUET

**OUS FARCITS AMB
TONYINA**

ENCIAM I PIPES, PA
BLANC I FRUITA

19
MONGETES ESTOFADES

CUIXES DE POLLASTRE
AMB ALLADA

ARRÒS SALTAT, PA
BLANC I BATUT DE
FRUITA FRESCA I
FRUITA*

20
ESPAGUETIS INTEGRALS
AMB SALSA DE
VERDURES*

**PEIX FRESC DE
TEMPORADA**

ENCIAM I COGOMBRE,
PA INTEGRAL I
TRIA LA FRUITA

S4

23 **TRIEN LES
CUINERES**
**HUMMUS DE
CIGRÓ I BASTONETS DE
PASTANAGA O
PURÉ DE LLEGUMS**

TRUITA DE PATATES

ENCIAM I OLIVES, PA
BLANC I FRUITA

24
ARRÒS INTEGRAL
AMB TOMÀQUET

LLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURES

PA INTEGRAL I
FRUITA

25
AMANIDA RUSSA

POLLASTRE AMB
HERBES PROVENÇALS

**TASTET DE
SALMOREJO DE
MONGETES SEQUES,**
PA INTEGRAL I
FRUITA*

26
PASTA INTEGRAL
PIESTO AMB
ALFÀBREGA, PIPES, I OLI
D'OLIVA*

LLUÇ AL FORN AMB
TOMÀQUET I CEBA

PA BLANC I FRUITA

27 **TRIEN LES
CUINERES**
CREMA DE CARBASSÓ

GALL DINDI ESTOFAT
AMB XAMPINYONS

PA INTEGRAL I
TRIA LA FRUITA

S5

30
PASTA YAKISOBA AMB
VERDURES

LLUÇ AL FORN AMB
ALL I JULIVERT

ENCIAM I PANSES, PA
INTEGRAL I FRUITA

31
GASPATXO

**PASTA AMB CARN
D'AU***

PA BLANC I FRUITA



TASTET DE SALMOREJO DE MONGETES SEQUES

Aquesta recepta, treballada amb el xef Alex Pirla, prescindeix del pa i incorpora mongetes seques per obtenir una textura ben fina. Una crema suau i fresca!

<https://camposestela.com/blog/tastet-de-salmorejo-de-mongetes-blanques>

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



Maig

MEATLESS DAY!

MENÚ INTOLERANT LACTOSA

dilluns

dimarts

dimecres

dijous

divendres

S1

2
LLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURES

TRUITA DE CARBASSÓ

ENCIAM I OLIVES, PA
INTEGRAL I FRUITA

3
AMANIDA DE PASTA

LLUÇ AMB PATATA
I CEBA

ENCIAM I BLAT DE
MORO, PA BLANC I
FRUITA

4 **DE COMARQUES 5**
CREMA DE CIGRONS O
PÈSOLS

**ARRÒS AMB
COSTELLA**

PA INTEGRAL I FRUITA

PATATA I MONGETA

CUIXETES DE
POLLASTRE AL FORN
AMB LLIMONA

ENCIAM I
COGOMBRE, PA
INTEGRAL I IOGURT

6
CREMA DE VERDURES
DE TEMPORADA

PASTA INTEGRAL AMB
BOLONYESA DE SOJA

PA BLANC I
TRIA LA FRUITA

S2

9 **integral**
ARRÒS INTEGRAL
AMB SALSA DE
VERDURES

LLUÇ AMB SALSA
MARINERA

ENCIAM I PANSES, PA
INTEGRAL I FRUITA

10 **TRIEU LES
CUINERES**
**AMANIDA:
ENCIAM,
TOMÀQUET,
PASTANAGA, OLIVES,
BLAT I FRUITS SECS O
CREMA VERDURES**

**LASANYA VEGETAL
FETA AL COL-LE***

PA BLANC I FRUITA

11
PASTANAGA,
MONGETA I COLIFLOR

**ALETES DE
POLLASTRE AL FORN**

PATATES DE LUXE, PA
INTEGRAL I IOGURT*

12
CIGRONS ESTOFATS

TRUITA D'ESPINACS

**BASTONETS DE
PASTANAGA, PA
BLANC I FRUITA**

13
CREMA
DE CARBASSA

FIDEUÀ DE PEIX

PA INTEGRAL I
TRIA LA FRUITA

S3

16
VICHYSOISE

PASTA AMB
BOLONYESA DE
SOJA

PA INTEGRAL I
FRUITA

17
AMANIDA D'ESTIU
AMB PATATA

HAMBURGUESA
VEDELLA*

ENCIAM I BLAT DE
MORO, PA INTEGRAL I
FRUITA

18 **FETA AL COL-LE!**
ARRÒS AMB
TOMÀQUET

**OUS FARCITS AMB
TONYINA**

ENCIAM I PIPES, PA
BLANC I FRUITA

19
MONGETES ESTOFADES

CUIXES DE POLLASTRE
AMB ALLADA

ARRÒS SALTAT, PA
BLANC I BATUT DE
FRUITA FRESCA I
IOGURT*

20
ESPAGUETIS INTEGRALS
AMB SALSA DE
VERDURES *

**PEIX FRESC DE
TEMPORADA**

ENCIAM I COGOMBRE,
PA INTEGRAL I
TRIA LA FRUITA

S4

23 **TRIEU LES
CUINERES**
**HUMMUS DE
CIGRÓ I BASTONETS DE
PASTANAGA O
PURÉ DE LLEGUMS**

TRUITA DE PATATES

ENCIAM I OLIVES, PA
BLANC I FRUITA

24
**ARRÒS INTEGRAL
AMB TOMÀQUET**

LLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURES

PA INTEGRAL I
FRUITA

25
AMANIDA RUSSA

POLLASTRE AMB
HERBES PROVENÇALS

**TASTET DE
SALMOREJO DE
MONGETES SEQUES,**
PA INTEGRAL I
IOGURT*

26
PASTA INTEGRAL
PIESTO AMB
ALFÀBREGA, PIPES, I OLI
D'OLIVA*

LLUÇ AL FORN AMB
TOMÀQUET I CEBA

PA BLANC I FRUITA

27 **TRIEU LES
FRUITA?**
CREMA DE CARBASSÓ

GALL DINDI ESTOFAT
AMB XAMPINYONS

PA INTEGRAL I
TRIA LA FRUITA

S5

30
PASTA YAKISOBA AMB
VERDURES

LLUÇ AL FORN AMB
ALL I JULIVERT

ENCIAM I PANSES, PA
INTEGRAL I FRUITA

31
GASPATXO

**PASTA AMB CARN DE
VEDELLA ***

PA BLANC I FRUITA

laia's day!



TASTET DE SALMOREJO DE MONGETES SEQUES

Aquesta recepta, treballada amb el xef Alex Pirla, prescindeix del pa i incorpora mongetes seques per obtenir una textura ben fina. Una crema suau i fresca!

<https://camposestela.com/blog/tastet-de-salmorejo-de-mongetes-blanques>

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



Maig

MEATLESS DAY!

MENÚ AL·LÈRGIC a l'ou

dilluns

dimarts

dimecres

dijous

divendres

S1

2
LLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURES

CARN D'AU*

ENCIAM I OLIVES, PA
INTEGRAL I FRUITA

3
AMANIDA DE PASTA*

LLUÇ AMB PATATA
I CEBA

ENCIAM I BLAT DE
MORO, PA BLANC I
FRUITA

4 **DE COMARQUES 5**
CREMA DE CIGRONS O
PÈSOLS

**ARRÒS AMB
COSTELLA**

PA INTEGRAL I FRUITA

PATATA I MONGETA

CUIXETES DE
POLLASTRE AL FORN
AMB LLIMONA

ENCIAM I
COGOMBRE, PA
INTEGRAL I IOGURT

6
CREMA DE VERDURES
DE TEMPORADA

PASTA* AMB
BOLONYESA DE SOJA

PA BLANC I
TRIA LA FRUITA

S2

9 **integral**
ARRÒS INTEGRAL
AMB SALSA DE
VERDURES

LLUÇ AMB SALSA
MARINERA

ENCIAM I PANSES, PA
INTEGRAL I FRUITA

10 **TRIEU LES
CUINERES**
**AMANIDA:
ENCIAM,
TOMÀQUET,
PASTANAGA, OLIVES,
BLAT I FRUITS SECS O
CREMA VERDURES**

**LASANYA* VEGETAL
FETA AL COL·LE**

PA BLANC I FRUITA

11
PASTANAGA,
MONGETA I COLIFLOR

**ALETES DE
POLLASTRE AL FORN**

PATATES DE LUXE, PA
INTEGRAL I IOGURT

12
CIGRONS ESTOFADES

LLUÇ PLANXA*

**BASTONETS DE
PASTANAGA, PA
BLANC I FRUITA**

13
CREMA
DE CARBASSA

FIDEUÀ* DE PEIX

PA INTEGRAL I
TRIA LA FRUITA

S3

16
VICHYSOISE

PASTA* AMB
BOLONYESA DE
SOJA

PA INTEGRAL I
FRUITA

17
AMANIDA D'ESTIU
AMB PATATA*

HAMBURGUESA
VEDELLA*

ENCIAM I BLAT DE
MORO, PA INTEGRAL I
FRUITA

18 **FETA AL COL·LE!**
ARRÒS AMB
TOMÀQUET

LLUÇ PLANXA*

ENCIAM I PIPES, PA
BLANC I FRUITA

19
MONGETES ESTOFADES

CUIXES DE POLLASTRE
AMB ALLADA

ARRÒS SALTAT, PA
BLANC I BATUT DE
FRUITA FRESCA I IOGURT

20
ESPAGUETIS* INTEGRALS
AMB SALSA DE
VERDURES*

**PEIX FRESC DE
TEMPORADA**

ENCIAM I COGOMBRE,
PA INTEGRAL I
TRIA LA FRUITA

S4

23 **TRIEU LES
CUINERES**
**HUMMUS DE
CIGRÓ I BASTONETS DE
PASTANAGA O
PURÉ DE LLEGUMS**

CARN D'AU*

ENCIAM I OLIVES, PA
BLANC I FRUITA

24
**ARRÒS INTEGRAL
AMB TOMÀQUET**

LLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURES

PA INTEGRAL I
FRUITA

25
AMANIDA RUSSA*

POLLASTRE AMB
HERBES PROVENÇALS

**TASTET DE
SALMOREJO DE
MONGETES SEQUES,**
PA INTEGRAL I
IOGURT

26
PASTA INTEGRAL
PIPESTO AMB
ALFÀBREGA, PIPES I OLI
D'OLIVA*

LLUÇ AL FORN AMB
TOMÀQUET I CEBA

PA BLANC I FRUITA

27 **TRIEU LES
FRUITA?**
CREMA DE CARBASSÓ

GALL DINDI ESTOFAT
AMB XAMPINYONS

PA INTEGRAL I
TRIA LA FRUITA

S5

30
PASTA* YAKISOBA
AMB VERDURES

LLUÇ AL FORN AMB
ALL I JULIVERT

ENCIAM I PANSES, PA
INTEGRAL I FRUITA

31
GASPATXO

**PASTA AMB CARN DE
VEDELLA***

PA BLANC I FRUITA

laia's day!



TASTET DE SALMOREJO DE MONGETES SEQUES

Aquesta recepta, treballada amb el xef Àlex Pirla, prescindeix del pa i incorpora mongetes seques per obtenir una textura ben fina. Una crema suau i fresca!

<https://camposestela.com/blog/tastet-de-salmorejo-de-mongetes-blanques>

PROPOSTES DE SOPARS



dilluns

dimarts

dimecres

dijous

divendres

S1

SOPA DE LLETRES AMB CALDO VEGETAL
LLOM DE PORC AMB ALL I JULIVERT
ESPÀRRECS I CARBASSÓ
PLANXA AMB AOVE, PA INTEGRAL I IOGURT

MONGETES BLANQUES
SALTATS AMB PERNIL DOLÇ A DAUS
DUES TIRES DE PEBROT ESCALIVAT
PA DE SÈGOL I UNA RODANXA DE PINYA

SALMÓ A LA PLANXA
ALBERGÍNIA I CARBASSÓ PLANXA
PA INTEGRAL I PERA

RAP A LA CASSOLA AMB XAMPINYONS SALTEJATS I ALL I JULIVERT
PA INTEGRAL I POMA AL FORN AMB CANYELLA

CIGRONS SALTATS AMB ALBERGÍNIA I CARBASSÓ
PA INTEGRAL I IOGURT AMB 1/2 KIWI

S2

MINESTRA DE VERDURES
SALSITXES PLANXA AMB PEBROTS VERDS PLANXA
PA INTEGRAL I IOGURT

TRINXAT DE COL AMB TIRETES DE TOFU MARINAT
HAMBURGUESA VEGETAL DE QUINOA I VERDURES
TOMÀQUET A RODANXES, PA INTEGRAL I POMA AL FORN AMB CANYELLA

AMANIDA D'ALVOCAT AMB FORMATGE FRESC, OLIVES NEGRES I TOMÀQUET
PIT DE GALL D'INDI
CARXOFES ROSTIDES AL FORN, PA INTEGRAL I KIWI

BRÒQUIL AMB MONIATO BULLITS
LLOM DE BACALLÀ SENSE ESPINES
SAMFAINA, PA INTEGRAL I CIRERES

PATATA I PASTANAGA BULLIDES
TRUITA A LA FRANCESA
ALBERGÍNIA PLANXA, PA INTEGRAL I IOGURT

S3

ARRÒS LLARG SALTAT AMB ALBERGÍNIA, PEBROT VERMELL I CARABASSÓ
PÈSOLS A LA CASSOLA AMB ALL, CEBA I JULIVERT
PA BLANC I TARONJA

CREMA D'ESPÀRRECS VERDS AMB ENCENALLS DE PERNIL DE GLA SALTATS
POLLASTRE ROSTIT A LA GRAELLA
VERDURES A LA GRAELLA (CARABASSÓ, ALBERGÍNIA), PA BLANC I POMA AL FORN AMB CANYELLA

BLEDES AMB PATATA BULLIDES
SALMÓ AL FORN AMB CARBASSÓ I XAMPINYONS AL FORN
PA DE CEREALS I NECTARINA

TOMÀQUET A RODANXES AMB SALSA DE NOUS
ALBERGÍNIA FARCIDA AMB VERDURES I PIT DE GALL D'INDI
PA INTEGRAL I KIWI

MONGETA VERDA SALTADA AMB ALL, PERNIL SALAT I TOMÀQUET NATURAL
TRUITA A LA FRANCESA AMB 2 TIRES DE PEBROT VERMELL ESCALIVAT
AMANIDA D'ESCAROLA, AVELLANES, REMOLATXA, PA INTEGRAL I IOGURT

S4

AMANIDA DE TOMÀQUET I REMOLATXA AMB PIPES DE CARABASSA
FAVETES TENDRES AMB OU ESCALFAT
PA BLANC I TARONJA

CARBASSA GRATINADA AL FORN
HAMBURGUESA DE PÈSOLS
MILANESES D'ALBERGÍNIA, PA INTEGRAL I POMA

SOPA DE GALETS AMB VERDURES I XAMPINYONS
HAMBURGUESA ARREBOSSADA AMB PA RATLLAT DE LLUÇ AMB PATATA
AMANIDA D'ENCIAMS AMB OLIVES, PA DE CEREALS I LLAVORS I PRÉSSEC

CIGRONS I BLAT DE MORO AMB BARREJA D'ENCIAMS
MANDONGUILLES DE PORC ROSTIDES
CEBA CARAMEL-LITZADA, PA INTEGRAL I PINYA

AMANIDA DE TOMÀQUET, BLAT DE MORO, PASTANAGA I OLIVES
GRATINAT D'OUS FARCITS DE TONYINA I SALSA DE TOMÀQUET FREGIDA
PA BLANC I KIWI

S5

CREMA DE CARABASSÓ
ALETES DE POLLASTRE ARREBOSSADES
ENCIAM, TOMÀQUET, REMOLATXA, PA INTEGRAL I PLÀTAN

AMANIDA DE TOMÀQUET I OLIVES
CUIXA DE XAI SALTADA I SALSA DE SOJA AMB CEBA I PEBROT
PA DE CEREALS I LLAVORS I PINYA

DOS PINXOS DE SALMÓ I GAMBES
CARABASSÓ A LA PLANXA, PA INTEGRAL I PINYA

TORRADETES DE TÀRTAR DE TOMÀQUET AMB ALVOCAT
CALAMARS FARCITS DE MOUSSE DE SALMÓ
MITJA PATATA AL VAPOR, PA INTEGRAL I MADUIXES

CREMA DE FAVETES AMB ENCENALLS DE PERNIL
CASSOLETA DE BACALLÀ AMB PATATES I PÈSOLS
PA INTEGRAL I TARONJA

ESMORZARS

- Got de llet amb civada i canyella i quatre nous
- Llet amb cacau sense sucre i entrepà de pa de cereals i llavors amb truita a la francesa
- Suc de taronja natural i torrada de pa de pagès sucada amb tomàquet, alvocat i tonyina en conserva en oli d'oliva
- Beguda vegetal de civada i llesca de pa amb crema de nous casolana i préssec trossejat
- Macedònia natural (1/4 pera, 1/4 pinya i 1/4 poma), grapat de pipes de carbassa, anacards i iogurt

Entrepanes de la mida de la mà del nen/na

A MIG MATÍ

- Entrepà petit integral de pernil salat i un albercoc
- Plàtan amb cinc o set avellanes
- Torrada integrals d'arròs i una peça de fruita de temporada
- Iogurt per beure i un plàtan
- Grapat fruits secs, pipes de carbassa i llavors pelades sense sal i una poma

BERENARS

- Mig entrepà de pa de sègol amb llavors i pernil salat o de gla amb oli i tomàquet i mandarina
- Bol de iogurt líquid amb avellanes i mango
- Arròs amb llet fet a casa
- Mig entrepà d'humus amb pebrot i 1 kiwi
- Macedònia d'hivern: 1 rodanxa de llimona sense pell, 2 rodanxes de taronja, 2 talls de kiwi, canela, mel i 1 iogurt

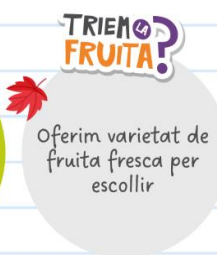


MENÚS AMB SORPRESA!

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:



campos estela
sabe que alimenta