


DESEMBRE

TRITURAT

campos estela

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
S3	<p>2</p> <p>BROU VEGETAL I PASTA POLLASTRE AL FORN</p> <p>IOGURT</p>	<p>3</p> <p>BRÒQUIL I PATATA</p> <p>VEDELLA ESTOFADA AMB XAMPINYONS</p> <p>FRUITA</p>	<p>4</p> <p>MONGETES ESTOFADES AMB HORTALISSES</p> <p>LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT</p> <p>FRUITA</p>	<p>5</p> <p>AL</p> <p>FESTA</p>	<p>6</p> 
S4	<p>9</p> <p>MENESTRA DE VERDURES</p> <p>TRUITA A LA FRANCESA</p> <p>FRUITA</p>	<p>10</p> <p>BRÓCOLI I PATATA</p> <p>LLOMARREBOSSAT</p> <p>FRUITA</p>	<p>11</p> <p>COL-I-FLOR I PATATA</p> <p>POLLASTRE AL FORN AMB HERBES PROVENÇALS</p> <p>IOGURT</p>	<p>12</p> <p>CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA</p> <p>BOLONYESA VEGETAL</p> <p>FRUITA</p>	<p>13</p> <p>LLENTIES ESTOFADES AMB HORTALISSES</p> <p>BUNYOLS DE BACALLÀ CASOLANS</p> <p>FRUITA</p>
S5	<p>16</p> <p>MENESTRA DE VERDURES</p> <p>HAMBURGUESA DE VEDELLA</p> <p>FRUITA</p>	<p>17</p> <p>CREMA DE PASTANAGA</p> <p>LASANYA VEGETAL CASOLANA</p> <p>FRUITA</p>	<p>18</p> <p>MONGETA VERDA I PATATA</p> <p>POLLASTRE A LA LLIMONA</p> <p>FRUITA</p>	<p>19</p> <p>BRÓCOLI I PATATA</p> <p>SALMÓ AL FORN AMB ALL I JULIVERT</p> <p>IOGURT</p>	<p>20</p> <p>DINAR DE NADAL</p>
	<p>23</p>	<p>24</p>	<p>25</p>	<p>26</p>	<p>27</p>
	<p>30</p>	<p>31</p>			



Escudella i Carn d'Olla

El plat de les àvies quan s'acosta el fred sempre fa festa als menjadors i és un bon motiu per felicitar la feina ben feta. Visca les cuïneres!

DESCOBREIX MÉS RECEPTES AL NOSTRE BLOG

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 per als 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 i del peix del dia. 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 necesiten, seran modificats. En funció del canvi, la resta de la setmana tindrà modificacions que anunciarem al plafó del centre. Podeu consultar la valoració nutricional dels àpats entrant a l'apartat "A dinar" de la nostra web www.camposestela.com. Campos Estela es reserva el dret a fer canvis al menú per causes de força major.