



campos estela

ÀPATS I LLEURE PER A ESCOLES

Menú Llars Martorell

Menú basal

Del 25 juny al 26 de juliol

- Amb l'arribada de la calor, els aliments freds comencen a guanyar protagonisme en el menú dels infants. Una altra forma d'oferir fruita de forma diferent a casa és a través dels gelats de fruita. Amb un motlle, llet o beguda vegetal i fruita de temporada, els infants podran gaudir d'un snack refrescant i nutritiu.

- Recorda mantenir-te sempre ben hidratat! L'aigua ha de ser la nostra companya de viatge en el nostre dia a 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	
24 FESTIU	25 ARRÒS INTEGRAL AMB TOMÀQUET ----- LLUÇ AL FORN AMB VERDURETES ----- ENCIAM I OLIVES, PA INTEGRAL I FRUITA	26 CIGRONS ESTOFATS AMB HORTALISSES ----- POLLASTRE AL FORN AMB CEBA I PEBROT ----- PA INTEGRAL I FRUITA ÀCIDA	27 BRÒQUIL I PATATA ----- TRUITA DE CARBASSÓ ----- ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA, PA INTEGRAL I IOGURT	28 CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA ----- PASTA AMB BOLONYESA VEGETAL ----- PA INTEGRAL I FRUITA	S1
1 CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA ----- HAMBURGUESA VEGETAL ----- AMANIDA I TOMÀQUET, PA INTEGRAL I FRUITA	2 ARRÒS INTEGRAL AMB TOMÀQUET I OU DUR ----- BASTONETS DE PASTANAGA BULLIDA, PA INTEGRAL I FRUITA	3 AMANIDA DE LLENTIES ----- MAGRA ROSTIDA DE PORC ----- PA INTEGRAL I FRUITA ÀCIDA	4 CREMA DE PORROS ----- POLLASTRE AL WOK AMB VERDURES I ARRÒS ----- PA INTEGRAL I IOGURT	5 MACARRONS INTEGRALS AMB OLI D'ALFÀBREGA ----- LLUÇ AL FORN AMB CEBA I PATATA ----- ENCIAM I BLAT DE MORO, PA INTEGRAL I TRIA LA FRUITA	S2
8 AMANIDA RUSSA AMB OU DUR ----- POLLASTRE AL FORN AMB POMA I CEBA ----- PA INTEGRAL I FRUITA	9 PATATA I PÈSSOL ----- LLUÇ AMB ALL I JULIVERT ----- ENCIAM I OLIVES, PA INTEGRAL I FRUITA ÀCIDA	10 LLENTIES ESTOFADES AMB PATATA I HORTALISSES ----- ENCIAM I COGOMBRE, PA INTEGRAL I FRUITA	11 ARRÒS INTEGRAL 3 DELÍCIES ----- CARN D'AU ESTOFADA AMB XAMPINYONS ----- PA INTEGRAL I FRUITA	12 CREMA DE CARBASSA ----- FIDEUÀ DE PEIX ----- PA INTEGRAL I IOGURT	S3
15 PASTA INTEGRAL AMB SALS DE TOMÀQUET ----- HAMBURGUESA DE VEDELLA D'OSONA ----- ENCIAM I BLAT DE MORO, PA INTEGRAL I IOGURT	16 PATATA I BRÒQUIL ----- PASTA INTEGRAL BOLONYESA VEGETAL ----- PA INTEGRAL I FRUITA	17 CREMA DE PASTANAGA ----- POLLASTRE DE PINÓS AL FORN AMB HERBES PROVENÇALS ----- ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA, PA INTEGRAL I FRUITA	18 CIGRONS ESTOFATS AMB PATATA I HORTALISSES ----- ENCIAM I TOMÀQUET, PA INTEGRAL I FRUITA ÀCIDA	19 ARRÒS INTEGRAL AMB SALS DE VERDURES ----- LLUÇ AL FORN AMB TOMÀQUET I CEBA ----- PA INTEGRAL I FRUITA	S4
22 LLENTIES ESTOFADES AMB HORTALISSES ----- TRUITA DE CARBASSÓ ----- ENCIAM I COGOMBRE, PA INTEGRAL I FRUITA ÀCIDA	23 ESPAGUETIS INTEGRALS AMB SALS DE TOMÀQUET I FORMATGE ----- POLLASTRE AL FORN ----- PATATES DE LUXE, PA INTEGRAL I IOGURT	24 COLIFLOR AMB PATATA ----- LLUÇ AL FORN ----- ENCIAM I TOMÀQUET, PA INTEGRAL I FRUITA	25 ARRÒS INTEGRAL AMB VERDURES ----- CARN D'AU ESTOFADA AMB XAMPINYONS ----- PA INTEGRAL I FRUITA	26 CREMA DE CARBASSÓ ----- LASSANYA VEGETAL AMB SOJA ----- PA INTEGRAL I FRUITA	S5

ESMORZAR

PROPOSTES

Pa integral amb tomàquet i formatge tendre - Got de llet o beguda vegetal amb cereals integrals - Iogurt natural amb fruita fresca de temporada - Torrades de pa integral amb gall d'indi oli d'oliva - Got de llet i galetes i un plàtan

BERENAR

PROPOSTES

Un formatget amb una poma, batut de llet, plàtan, avellanes i panses, torrada integral amb oli i pera cuita per sobre, coca de pa i xocolata al 85% de cacau, entrepà integral de truita francesa

