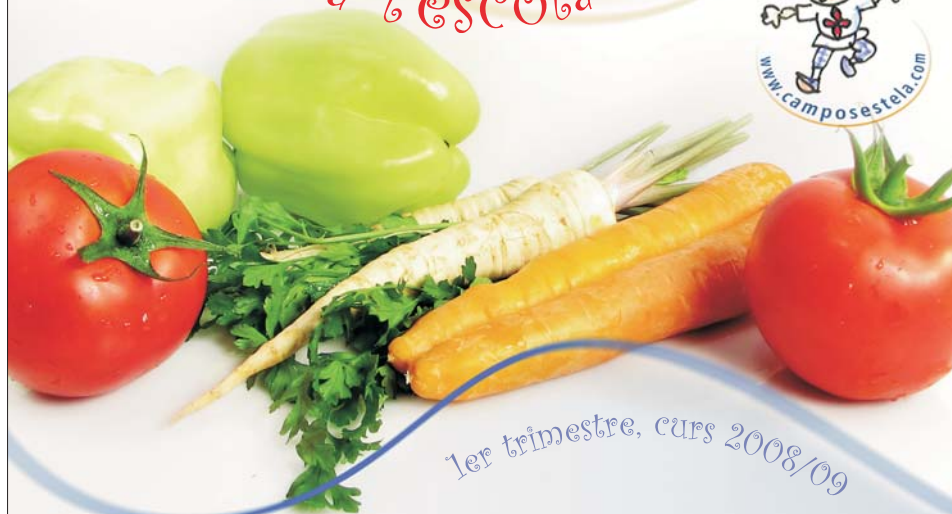


Menjar a l'escola



1er trimestre, curs 2008/09



setembre



dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
15 • arròs amb salsa de tomàquet i ou dur • croquetes de bacallà • amanida / pa • fruita 22 • patates estofades • truita francesa i formatge • amanida / pa • fruita 29 • llenties cuites • peix al forn • amanida / pa • fruita	16 • patata i mongeta • vedella estofada • amanida / pa • fruita 23 • arròs amb salsa de verdures • gall dindi estofat • amanida / pa • fruita 30 • sopa de peix i pasta • pollastre arrebossat • amanida / pa • fruita	17 • llenties cuites • botifarra planxa • amanida / pa • iogurt 24 • crema de verdures • peix arrebossat • amanida / pa • iogurt	18 • macarrons amb salsa carbonara i formatge rallat • peix al forn • amanida / pa • fruita 25 • cigrons cuits • hamburguesa vedella • amanida / pa • fruita	19 • sopa d'au i pasta • pollastre rostit amb xampis • amanida / pa • fruita 26 • espaguetis amb salsa de tomàquet i formatge rallat • pernil cuit al forn • amanida / pa • fruita



Respectem el medi ambient i a les persones:

alimentat biològicament



octubre

Ecoalimentat



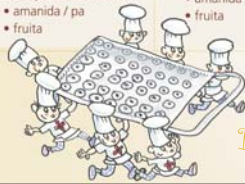
dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
6 • patata i bròquil • peix arrebossat • amanida / pa • fruita 13 • patates estofades • peix al forn • amanida / pa • fruita 20 • arròs amb salsa de tomàquet i ou dur • croquetes de bacallà • amanida / pa • fruita 27 • patates estofades • truita francesa i formatge • amanida / pa • fruita	  7 • mongetes cuites • pollastre a la llimona • amanida / pa • fruita 14 • mongeta tendra saltejada amb pernil i ceba • llimon arrebossat • amanida / pa • fruita 21 • patata i mongeta • vedella estofada • amanida / pa • fruita 28 • arròs amb salsa de verdures • gall dindi estofat • amanida / pa • fruita	1 • arròs amb salsa de tomàquet • truita de verdures • amanida / pa • iogurt 8 • arròs amb salsa de tomàquet • vedella estofada • amanida / pa • iogurt 15 • arròs cassola • gall dindi estofat • amanida / pa • iogurt 22 • llenties cuites • botifarra planxa • amanida / pa • iogurt 29 • crema de verdures • peix arrebossat • amanida / pa • iogurt	2 • patata i mongeta tendra • mandonguilles vedella • amanida / pa • fruita 9 • fideuà • truita de patates • amanida / pa • fruita 16 • espaguetis amb salsa bolonyesa i formatge rallat • truita francesa i pernil • amanida / pa • fruita 23 • macarrons amb salsa carbonara i formatge rallat • peix al forn • amanida / pa • fruita 30 • cigrons cuits • hamburguesa vedella • amanida / pa • fruita	3 • espirals amb salsa de tonyina i formatge rallat • magra rostida al forn • amanida / pa • fruita 10 • crema de carbassó • salsitxes de porc • amanida / pa • fruita 17 • cigrons cuits • hamburguesa vedella • amanida / pa • fruita 24 • sopa d'au i pasta • pollastre rostit amb xampis • amanida / pa • fruita 31 • espaguetis amb salsa de tomàquet i formatge rallat • pernil cuit al forn • amanida / pa • fruita



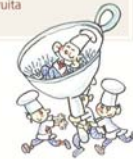
novembre



dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
3 • llenties cuites • peix al forn • amanida / pa • fruita	4 • sopa de peix i pasta • pollastre arrebossat • amanida / pa • fruita	5 • arròs amb salsa de tomàquet • fruita de verdures • amanida / pa • iogurt	6 • patata i mongeta tendra • mandonguilles vedella • amanida / pa • fruita	7 • espirals amb salsa de tonyina i formatge rallat • magra rostida al forn • amanida / pa • fruita
10 • patata i bròquil • peix arrebossat • amanida / pa • fruita	11 • mongetes cuites • pollastre a la llimona • amanida / pa • fruita	12 • arròs amb salsa de tomàquet • vedella estofada • amanida / pa • iogurt	13 • fideuà • fruita de patates • amanida / pa • fruita	14 • crema de carbassó • salnitres de porc • amanida / pa • fruita
17 • patates estofades • peix al forn • amanida / pa • fruita	18 • mongeta tendra saltejada amb pernil i ceba • llom arrebossat • amanida / pa • fruita	19 • arròs cassola • gall dindi estofat • amanida / pa • iogurt	20 • espaguetis amb salsa bolonyesa i formatge rallat • fruita francesa i pernil • amanida / pa • fruita	21 • cigrons cuits • hamburguesa vedella • amanida / pa • fruita
24 • arròs amb salsa de tomàquet i ou dur • croquetes de bacallà • amanida / pa • fruita	25 • patata i mongeta • vedella estofada • amanida / pa • fruita	26 • llenties cuites • botifarra planxa • amanida / pa • iogurt	27 • macarrons amb salsa carbonara i formatge rallat • peix al forn • amanida / pa • fruita	28 • sopa d'au i pasta • pollastre rostit amb xampis • amanida / pa • fruita



Producció i elaboració al natural!



desembre

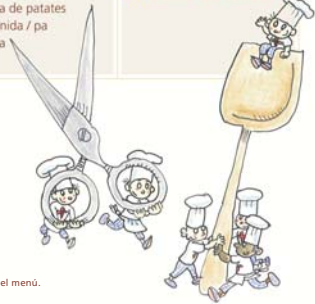


dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
1 • patates estofades • fruita francesa i formatge • amanida / pa • fruita	2 • arròs amb salsa de verdures • gall dindi estofat • amanida / pa • fruita	3 • crema de verdures • peix arrebossat • amanida / pa • iogurt	4 • cigrons cuits • hamburguesa vedella • amanida / pa • fruita	5 • espaguetis amb salsa de tomàquet i formatge rallat • pernil cuit al forn • amanida / pa • fruita
8 festa	9 • sopa de peix i pasta • pollastre arrebossat • amanida / pa • fruita	10 • arròs amb salsa de tomàquet • fruita de verdures • amanida / pa • iogurt	11 • patata i mongeta tendra • mandonguilles vedella • amanida / pa • fruita	12 • espirals amb salsa de tonyina i formatge rallat • magra rostida al forn • amanida / pa • fruita
15 • patata i bròquil • peix arrebossat • amanida / pa • fruita	16 • mongetes cuites • pollastre a la llimona • amanida / pa • fruita	17 • arròs amb salsa de tomàquet • vedella estofada • amanida / pa • iogurt	18 • fideuà • fruita de patates • amanida / pa • fruita	19 menú de Nadal



Alimentació sostenible i responsable

Per causes de força major, Campos Estela es reserva el dret de fer canvis en el menú.



Aquest curs ens hem proposat tres lemes per treballar plegats, un per cada trimestre. Volem seguir educant amb l'alimentació i fer-ho d'una manera especial, dedicant una jornada a treballar cada un d'aquests, des de la part de lleure de l'espai de migdia i des de la cuina pròpiament dita. El primer trimestre treballarem l'alimentació ecològica, el segon la inclusió de tots en funció de les al·lèrgies o intoleràncies i el tercer el menjar sa, mitjançant recomanacions dietètiques.

Els aliments ecològics

La producció agrària ecològica, anomenada també biològica o orgànica és un sistema de producció i elaboració de productes agraris naturals. L'objectiu principal és l'obtenció d'aliments de màxima qualitat. Les tècniques utilitzades en la producció agrària ecològica són respectuoses amb el medi ambient i amb les persones perquè es prohibeix l'ús de productes químics de síntesi (hormones, herbicides, adobs químics, plaguicides, etc), pel que els productes agraris ecològics no contenen residus d'aquestes substàncies.

Els productes obtinguts necessiten una certificació per garantir que el sistema de producció arribi al consumidor amb les màximes garanties. Per això es realitzen controls als operadors i es prenen mostres als productes per analitzar-los i controlar que realment no porten cap de les substàncies prohibides.



Àpats i lleure per escoles
www.camposestela.com

Av. Antoni Gaudí s/n. 08191 Rubí (Barcelona)
 Tel. 93 588 12 62
 Fax 93 588 06 99
info@camposestela.com

Visita la nostra web per poder seguir les recomanacions de menús pels sopars més adients pels seus fills i consultar la valoració nutricional dels dinars.