



MENUS (EJEMPLOS)

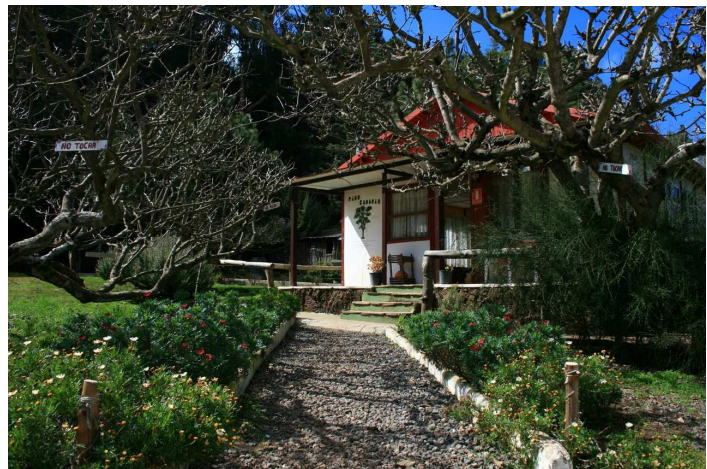
Desayunos: leche, colacao, galletas, pan, mantequilla, mermelada, embutido/cereales

Meriendas: bocadillo/sándwiches.

- Lunes** Comida: arroz tres delicias, albóndigas con verduras, fruta del tiempo.
Cena: sopa casera, pollo a la jardinera con papas guisadas, Yogurt
- Martes** Comida: lentejas estofadas, calamares a la romana con tomate aliñado, fruta.
Cena: sopa de pescado, costilla con papas, piña y mojo de cilantro , fruta en almíbar
- Miércoles** Comida: fideúa de verduras, nuggets con ensalada, fruta del tiempo.
Cena: potaje de berros, chuleta de cerdo a la plancha, mojo y papas panaderas, Yogurt
- Jueves** Comida: Ensalada quimpi, Paella y Pael. fruta.
Cena: Crema de calabaza y zanahoria, lomo con papas fritas, Mouse de chocolate.
- Viernes** Comida: Macarrones bolognesa. Estofado con verduras. fruta
Cena: Habichuelas con jamón, perritos calientes con chips. Fruta en almíbar.
- Sábado** Comida: Garbanzas, redondo de ternera con puré de papas, fruta
Cena: Arvejas con huevo duro, hamburguesa con ensalada, natillas.
- Domingo** Comida: Gazpacho, rustido de pollo con ciruelas, fruta.
Cena: Lasaña, merluza a la plancha con ajo, perejil y tomate aliñado. Flan

Pic-Nic: (Bocadillo de embutido, bocadillo de atún con ensalada, sándwiches de nocilla. Agua, zumo y fruta).

NOTA: Disponemos de menús para dietas especiales.



QUE LLEVAR

Mochila
Saco de dormir
Cantimplora
Gorra
Linterna y pilas de repuesto
Camisetas (1 x día)
Calcetines (1 x día)
Ropa interior (1 x día)
Pantalones largos y cortos
Ropa de abrigo, suéter y anorach
Toalla, bañador y cholas
Pijama
Botas o zapato deportivo
Útiles de aseo personal
Crema protectora labial y solar
Bolsa ropa sucia
Instrumento de música (Opcional)



Quimpi es un **campamento** de montaña que está a 1.433 metros de altura en un entorno privilegiado el Paisaje Protegido de Las Lagunetas, seguro y cercano a la ciudad. Importante traer la ropa y el calzado adecuado.

QUE NO LLEVAR

Instrumentos punzantes
Móviles, aparatos de música.
Maquinitas de juegos.
Objetos de valor.
Mecheros, fósforos..

QUIMPI, EL PRIMER CAMPAMENTO STARLIGHT DEL MUNDO



C/Calvario, 19 38290-LA ESPERANZA

Teléfono: 922 297238 - Fax: 922 203847

Correo Electrónico: quimpi@quimpi.com

www.quimpi.com www.facebook.com/quimpi

INSCRIPCION CAMPAMENTO

DEL AL DE DE 2017

NOMBRE Y APELLIDOS:

FECHA DE NACIMIENTO: C. POST:

DOMICILIO:

TFNO: MOVILES:

E´ MAIL:

¿ Padece algunos de los problemas que se reseñan a continuación?

Problemas alérgicos Problemas respiratorios Problemas cardíacos

Problemas óseos, musculares, articulares Dieta

Otros: _____

Se adjunta fotocopia de la Tarjeta de la Seguridad Social.

Se adjunta fotocopia del ingreso en

La firma del presente impreso da por hecho que el firmante AUTORIZA y tiene conocimiento de que su hijo/a ha sido inscrito en el Campamento, así como el lugar y la fecha de celebración del mismo.

De conformidad con Ley 15/99 de Protección de Datos de Carácter Personal, y en relación a sus datos, le informamos que si no desea recibir la información de nuestras actividades para niños y jóvenes y servicios para grupos, marque la casilla.

Fecha: _____

Firma del padre, madre o tutor:

Nombre:

D.N.I.: _____

QUIMPI, EL PRIMER CAMPAMENTO STARLIGHT DEL MUNDO