



## 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 - Pilarín 651608117 - Quim 651608118  
Correo Electrónico: [quimpicamp@gmail.com](mailto:quimpicamp@gmail.com)  
[www.quimpi.com](http://www.quimpi.com) [www.facebook.com/quimpi](http://www.facebook.com/quimpi)

## INSCRIPCION CAMPAMENTO

DEL AL DE DE 20

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 CAIXA

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.   
El firmante entiende y acepta que los datos/imagen pueden ser publicados en medios corporativos de Quimpi. En caso contrario marque la casilla

Fecha: \_\_\_\_\_

Firma del padre, madre o tutor:

Nombre:

D.N.I.: \_\_\_\_\_

**QUIMPI, EL PRIMER CAMPAMENTO STARLIGHT DEL MUNDO**