

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

2

MONGETES TENDRES AMB PATATES
SAN MARINO
AMANIDA VERDA
IOGURT NATURAL

3

MACARRONS AMB SOFREGIT
MANDONGUILLES AMB XAMPINYONS
FRUITA

4

CREMA DE CARBASSÓ
ROSTIT DE MAGRA
AMANIDA VERDA
FRUITA

5

ARRÒS TRES DELÍCIES
FILET D' ABADEJO ARREBOSSAT
AMANIDA D' ENCIAM, CEBA I
TOMÀQUET
FRUITA

6

LLENTIES AMB VERDURES
TRUITA DE FORMATGE
ENCIAM I ESPÀRRECS
FRUITA

9

MONGETES TENDRES AMB TOMÀQUET
GUISAT DE CALAMARS
ARRÒS BLANC
FRUITA

10

MONGETES BLANQUES (ECOLÒGIC)
GUISADES AMB PASTANAGA
TRUITA DE CARBASSÓ
TOMÀQUET I BLAT DE MORO
IOGURT NATURAL

11

SOPA D'ESCUDELLA AMB GALETS,
FIDEUS I COL D'OLLA
HAMBURGUESA DE VEDELLA AL FORN
AMB PATATES PALLA CASOLANES
FRUITA

12

ARRÒS A BANDA
WOK DE POLLASTRE I VERDURES AMB
SALSA DE SOJA
ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA

13

JORNADA XEF DEL MAR- ANGEL
LEON
CREMA DE CARBASSÓ I CARBASSA
TALLARINES DE LLUÇ A LA CARBONARA
FRUITA



Scolarest em va proposar canviar la forma d'alimentar als nens i nenes i apropar-los al mar, fer conegut allò desconegut i els seus beneficis. No vaig poder fer una altra cosa que comprometre'm amb el repte i posar-me a treballar, treballar per ells i treballar amb el mar.

16

LLENTIES ESTOFADES CASOLANES (AMB XORIÇO I VERDURES)
TRUITA DE TONYINA
AMANIDA (AMANIDA D' ENCIAM I TOMÀQUET)
FRUITA

17

ARRÒS BLANC AMB TOMÀQUET I ALFÀBREGA
CONTRACUIXA DE POLLASTRE AMB ALLADA
SAMFAINA
FRUITA

18

MACARRONS INTEGRALS A LA NAPOLITANA
SALMÓ AMB CROSTA DE PATATA CRUIXENT I TOMÀQUET
FRUITA

19

VERDURA TRICOLOR (BRÒQUIL, MONGETA I PASTANAGA)
BISTEC DE MAGRA AMB FINES HERBES I LLIT DE CEBA
FRUITA

20

DIA INTERNACIONAL DE LA FELICITAT
SOPA DE PRIMAVERA AMB OU PICAT
PIZZA MARGARITA
GELAT DE XOCOLATA

23

FIDEUÀ AMB VERDURES
TRUITA DE PERNIL DOLÇ
ENCIAM I OLIVES
FRUITA

24

CREMA DE PORROS NATURAL
BOTIFARRA
PATATES XIPS
FRUITA

25

SOPA D'AU CASOLANA
ESCALOPINES DE VEDELLA AMB SALS
ENCIAM I BROTS DE MONGETES
IOGURT NATURAL

26

MONGETES BLANQUES (ECOLÒGIC) I PATATES BULLIDES AMB OLI D'OLIVA
CROQUETES DE PERNIL
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

27

ARRÒS AL CURRI AMB VERDURES
MEDALLÓ DE LLUÇ A LA ROMANA AMB LLIMONA
AMANIDA VERDA
FRUITA

30

CREMOSA DE PASTANAGUES AMB FARIGOLA
CANELONS FARCITS DE CARN AMB BEIXAMEL SUAU
AMANIDA VERDA
FRUITA

31

LLENTIES AMB ARRÒS
POLLASTRE AL FORN AMB BRESA DE CEBA I PEBROT
FRUITA

SCOLAREST
amb les famílies

QUI ÉS L'ÀNGEL LEÓN?

El Xef del restaurant Aponiente amb 3 estrelles Michelin, és un dels cuiners de major prestigi internacional. La seva passió i afecte pel mar l'han portat a crear innovadors projectes basats en la proteïna marina.



FISH REVOLUTION



Amb l'objectiu de millorar l'alimentació dels nostres petits, L'Àngel León s'ha unit a Scolarest en un innovador projecte de I+D Gastronòmic per fomentar el consum de proteïna marina.

El xef ha buscat eines per fer nous productes exclusius que millorin l'alimentació dels nostres nens i nenes



VOLS SABER EN QUÈ MILLOREM?

En elaboracions culinàries que aporten Omega 3, proteïnes, vitamines i minerals en elevats percentatges i evitant el màxim possible l'ús de conservants i colorants

No substituïm la ració de peix, la complementem!



COMPLETA AMB UN ADEQUAT

menú de Sopar



Aigua



Oli d'oliva

Vegetals crus o bullits



Proteïna (carn, peix, ous o llegums)



Juga amb els colors de les fruites i verdures



Fruites i lactis

Hidrats de carboni



BUSQUEM UNA REVOLUCIÓ CONCEPTUAL

Scolarest i l'Àngel León volem apropar el peix d'una forma divertida i coneguda, que no produeixi rebuig i afavoreixi la seva inclusió. La finalitat bàsica d'aquest projecte és que els nostres nens mengin més proteïna marina de manera normalitzada, sense modificar els seus hàbits ni les seves rutines alimentàries, aquesta és la gran clau.



SI hem dinat:

Cereals, fècules o llegums
Verdures
Carn
Peix
Ou
Fruita
Lactis

Podem Sopar:

Hortalisses crues o llegums cuites
Cereals o fècules
Peix o ou
Carn magra o ou
Peix o carn magra
Lactis o fruita
Fruita

Notes: