

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

2

CREMA DE PÈSOLS AMB CROSTONS
LASANYA DE CARN AMB FORMATGE
PARMESÀ GRATINAT
IOGURT

3

ARRÒS AMB TOMÀQUET I ORENGA
MEDALLÓ DE LLUÇ A LA PLANXA AMB
SOFREGIT D'ALL I PEBRE VERMELL
ENCIAM I OLIVES
FRUITA

4

SOPA D'AU AMB PASTA
CANELONS FARCITS DE CARN AMB
BEIXAMEL SUAU
FRUITA

5

BRÒQUIL GRATINAT AMB FORMATGE
EDAM
POLLASTRE ROSTIT AMB FARIGOLA
AMANIDA D'ENCIAM, CEBA I
TOMÀQUET
FRUITA

6

MINISTRA DE VERDURES AMB PATATA
TRUITA FRANCESA AMB GALL DINDI
ENCIAM I CEBA
FRUITA

9

MONGETES TENDRES SALTEJADES AMB
PEBRE VERMELL
BACALLÀ ORLY
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA
FRUITA

10

MONGETES BLANQUES ESTOFADES
TRUITA DE CARBASSÓ
ENCIAM I OLIVES
FRUITA

11

PAELLA VALENCIANA (AMB VERDURES,
CARN MAGRA I POLLASTRE)
HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA
PLANXA
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

12

ESPIRALS TRICOLOR AMB SOFREGIT DE
TOMÀQUET NATURAL I ORENGA
FILET DE LLUÇ AL FORN
ENCIAM
IOGURT

13

CREMA DE VERDURES AMB CROSTONETS
DE PA
CONTRACUIXA DE POLLASTRE AMB
ALLADA
PATATES A DAUS
FRUITA

16

CURRI SUAU DE LLENTIES ESTOFADES
TRUITA DE FORMATGE AMB CIBULET
AMANIDA (AMANIDA D'ENCIAM I
TOMÀQUET)
FRUITA

17

CREMA DE PASTANAGA
MANDONGUILLES AMB SALSINA I
PATATES A DAUS
FRUITA

18

SOPA DE "COCIDO"
CIGRONS GUIATS AMB OU DUR
ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA

19

ARRÒS A LA CASSOLA AMB VERDURES
ABADEJO ADOBAT
AMANIDA VERDA
FRUITA

20

DIA UNIVERSAL DE L'INFANT
MACARRONS SALTEJATS
PIT DE POLLASTRE AMB DISFRESSA DE
PIZZA
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA
GELATINA DE MADUIXA

23

ARRÒS AMB TOMÀQUET NATURAL I
OLIVES NEGRES
MEDALLÓ DE BACALLÀ A LA PLANXA
AMB SOFREGIT D'ALL
BLAT DE MORO I PASTANAGA
RATLLADA
FRUITA

24

MONGETES TENDRES AMB PATATES I
PASTANAGA
CROQUETES ARTESANES DE POLLASTRE
ENCIAM I OLIVES
FRUITA

25

LLAÇOS AMB SALSINA CARBONARA
CONTRACUIXA DE POLLASTRE AL FORN
AMB POMA
FRUITA

26

MONGETES BLANQUES ESTOFADES
TRUITA DE PATATES
TOMÀQUET AMANIT
FRUITA

27

SOPA D'AU AMB PASTA
MAGRA DE PORC AL FORN AMB EL SEU
SUC
ENCIAM I BROTS DE MONGETES
IOGURT

30

MACARRONS AMB CREMA
D'ALFÀBREGA
HAMBURGUESA DE VEDELLA AMB
CEBA CARMEL LITZADA
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.

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: