

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

CUINAT DE LLENTIES AMB BLEDES

BISTEC DE MAGRA A LES FINES HERBES

TOMÀTIGA TREMPADA

FRUITA DEL TEMPS

728 Kcal. P.: 17 HC.: 46 L.: 35 G.: 7

FIDEUÀ DE CARN

TRUITA DE PATATA

ENSALADA (LLETUGA I PEBROT VERD)

IOGURT

497 Kcal. P.: 13 HC.: 52 L.: 33 G.: 7

CREMA DE BRÒQUIL

CONTRACUIXA DE POLLASTRE ROSTIT

FRUITA DEL TEMPS
782 Kcal. P.: 21 HC.: 43 L.: 34 G.: 8

ARRÒS TRES DELÍCIOS

FILET D' ABADENO ARREBOSSAT

ENSALADA VERDA

FRUITA DEL TEMPS

833 Kcal. P.: 18 HC.: 44 L.: 36 G.: 6

SOPA DE PICADILLO

ESTOFAT DE VEDELLA AMB PATATA

FRUITA DEL TEMPS

620 Kcal. P.: 20 HC.: 37 L.: 37 G.: 7

CIURONS TREMPATS

TRUITA DE CARBASSÓ

RODANXES DE TOMÀTIGA NATURAL

IOGURT

581 Kcal. P.: 15 HC.: 36 L.: 46 G.: 12

MARCARRONS AMB TOMÀTIGA I ORENGA

CROQUETES ARTESANES DE PERNIL

ENSALADA AMB BROTS DE MONGETES

FRUITA DEL TEMPS

506 Kcal. P.: 14 HC.: 57 L.: 27 G.: 15

FESTIU

ESPIRALS NAPOLITANA

PILOTES A LA JARDINERA AMB PÉSOLS, PASTANAGA I PATATA

FRUITA DEL TEMPS

722 Kcal. P.: 16 HC.: 42 L.: 37 G.: 6

MONGETES BLANQUES I PATATA BULLIDA AMB OLÍ D'OLIVA

TRUITA DE TONYINA

TOMÀTIGA NATURAL TREMPADA

FRUITA DEL TEMPS

611 Kcal. P.: 24 HC.: 40 L.: 35 G.: 16

SOPA DE PEIX

POLLASTRE A LA HORTOLANA AMB PURE DE PATATA

GELAT

697 Kcal. P.: 13 HC.: 46 L.: 35 G.: 5

MEDALLÓ DE BACALLÀ A L'ANDALUSA

ENSALADA VERDA

FRUITA DEL TEMPS

744 Kcal. P.: 12 HC.: 50 L.: 36 G.: 5

MACARRONS A LA CARBONARA

TRUITA FRANCESA
ENSALADA, TOMÀTIGA I OLIVES

FRUITA DEL TEMPS
548 Kcal. P.: 12 HC.: 46 L.: 39 G.: 8

CREMA DE CARBASSÓ NATURAL AMB CROSTONS

TALLARINS DE LLUÇ A L'AMERICANA

FRUITA DEL TEMPS

808 Kcal. P.: 29 HC.: 34 L.: 34 G.: 10

PATATES "VIUDAS"

POLLASTRE AL FORN AMB SOIA I MEL

ENSALADA DE REMOLATXA, OLIVES I BLAT DE MORO

FRUITA DEL TEMPS

28

PAELLA MIXTA AMB ALLIOLI

CASTANYOLA ADOBADA

ENSALADA DE LLETUGA I COGOMBRE

IOGURT

29

CREMA DE LLEGUMS

MAGRA DE PORC AL FORN AMB EL SEU SUC

PATATA AL FORN

FRUITA DEL TEMPS

30

CREMA DE VERDURES

POLLASTRE KENTUCKY

ENSALADA (LLETUGA I TOMÀTIGA)

FRUITA DEL TEMPS

LLENTIES AMB ARRÒS

REMENAT AMB OU CARBASSO, PATATA I CEBA

FRUITA DEL TEMPS

MACARRONS AMB FORMATGE I ORENGA

FILET DE LLUÇ A LA MUSSELINA D'ALL

ENSALADA VERDA

FRUITA DEL TEMPS

SOPA DE BULLIT

BULLIT

FRUITA DEL TEMPS

CREMA DE CARBASSA I MONIATO

HAMBURGUESA DE VEDELLA AMB SALSABARCOA

PATATES FREGIDES

GELATINA DE MADUIXA



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 comprometrem 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



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:

Podem Sopar:

Cereals, fècules o llegums	→	Hortalisses crues o llegums cuites
Verdures	→	Cereals o fècules
Carn	→	Peix o ou
Peix	→	Carn magra o ou
Ou	→	Peix o carn magra
Fruita	→	Lactis o fruita
Lactis	→	Fruita

Notes:

