

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

CUINAT DE MONGETES  
TRUITA DE CARBASSÓ  
TOMÀTICA TREMPADA  
FRUITA DEL TEMPS

2

SOPA DE BULLIT  
BULLIT  
IOGURT

3

MACARRONS AL PESTO  
FILET D'AGULLA DE PORC A LA PLANXA  
PASTANAGA I XAMPINYONS  
SALTETJATS  
FRUITA DEL TEMPS

4

CREMA DE PORROS NATURAL  
POLLASTRE AMB SALSÀ GREGA  
ENSALADA (LLETUGA I BLAT DE MORO)  
FRUITA DEL TEMPS

7

FESTIU

8

FESTIU

9

LLENTIES AMB ESPINACS  
CROQUETS ARTESANES DE PERNIL  
TOMÀTICA I ORENGA  
FRUITA DEL TEMPS

10

728 Kcal. P.: 17 HC.: 46 L.: 35 G.: 7  
ESPIRALS A LA ITALIANA (TOMÀQUET I  
FORMATGE RATLLAT)  
MEDALLÓ DE BACALLÀ ARREBOSSAT  
AMANIDA VERDA  
IOGURT

11

497 Kcal. P.: 13 HC.: 52 L.: 33 G.: 7  
PAELLA DE CARN  
TRUITA DE PATATA  
ENSALADA AMB OLIVES  
FRUITA DEL TEMPS

14

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

SOPA DE BROU DE CARN

PILOTES A LA JARDINERA AMB  
PÈSOLS, PASTANAGA, I PATATA

FRUITA DEL TEMPS

21

724 Kcal. P.: 15 HC.: 48 L.: 34 G.: 5

SOPA DE NADAL

CONTRACUIXA DE POLLASTRE AL  
FORN AMB POMA

PATATES A DAUS

28

15

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

CREMA DE CARBASSÓ NATURAL AMB  
CROSTONS

FILET D' ABADJO ARREBOSSAT

BLAT DE MORO I PASTANAGA  
RATLLADA

IOGURT

22

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

CREMA DE PORROS NATURAL

CANELONS FARCITS DE CARN AMB  
BEIXAMEL SUAU

FRUITA DEL TEMPS

29

16

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

ARRÒS DE PEIX  
WOK DE POLLASTRE AMB VERDURES

FRUITA DEL TEMPS

23

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

17

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

CIURONS CUINATS AMB ESPINACS

PIZZA DE TONYINA

FRUITA DEL TEMPS

24

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

18

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

MACARRONS AMB SALSÀ DE  
FORMATGE

REMENAT D'OU AMB GALL DINDI

AMANIDA (AMANIDA D'ENCIAM I  
TOMÀQUET)

FRUITA DEL TEMPS

25

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



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



## 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:

