

**DILLUNS**

**DIMARTS**

**DIMECRES**

**DIJOUS**

**DIVENDRES**

3

ESPAGUETIS A LA CREMA  
TRUITA D'ESPINACS  
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA  
FRUITA

4

**"LLEGUMINITZA'T"**  
VERDURA TRES COLORS (MONGETA,  
PASTANAGA I PATATA)  
MONGETES BLANQUES ESTOFADES  
FRUITA

5

CREMA DE PORROS NATURAL  
(ECOLÒGIC)  
POLLASTRE ROSTIT  
PATATES A DAUS  
I OGURT DE SABOR

6

SOPA DE GALETES  
MANDONGUILLES A LA JARDINERA  
FRUITA

7

ARRÒS A LA CASSOLA AMB VERDURES  
FILET D' ABADEJO ARREBOSSAT  
AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE  
FRUITA (ECOLÒGIC)

10

**PRODUCTE INTEGRAL**  
MACARRONS INTEGRALS AMB  
TOMÀQUET  
POLLASTRE SALTEJAT AMB VERDURES  
FRUITA

11

**"LLEGUMINITZA'T"**  
CREMA DE BRÒQUIL AMB CROSTONS  
ESPAGUETIS AMB CIGRONS I  
CARBASSÓ  
FRUITA

12

**JORNADA PROTEÏNA VEGETAL**  
PATATES GUISADES AMB VERDURES  
HAMBURGUESA VEGETAL AMB SALS  
DE XAMPINYONS  
AMANIDA DE PASTANAGA  
(ECOLÒGIC)  
FRUITA

13

ARRÒS AMB SALS "ALLA NORMA"  
SALMÓ AL FORN  
ENCIAM I TOMÀQUET  
FRUITA

14

CURRI SUAU DE LLENTIES ESTOFADES  
TRUITA DE CARBASSÓ I PATATA  
ENCIAM I PEBROT VERMELL  
I OGURT DE SABOR

17

COLIFLOR AMB PATATES  
HAMBURGUESA DE VEDELLA A LA  
PLANXA  
XAMPINYONS  
FRUITA

18

**JORNADA XEF DEL MAR- ANGEL  
LEON**  
CREMA DE CARBASSÓ (ECOLÒGIC)  
TALLARINES DE LLUÇ AMB SALS  
BOLONYESA  
FRUITA

19

**"LLEGUMINITZA'T"**  
MONGETES TENDRES AMB OLI D'OLIVA  
CIGRONS AMB SALS DE TOMÀQUET  
FRUITA

20

FIDEUS A LA CASSOLA  
TIRES DE CALAMAR CASOLANS A  
L'ANDALUSA  
AMANIDA AMB BROTS DE MONGETES  
I OGURT NATURAL

21

**MENÚ ESPECIAL DE CARNESTOLTES**  
ARRÒS AMB TOMÀQUET  
POLLASTRE ROSTIT AMB SALS  
BARBACOA  
AMANIDA VERDA  
GELATINA DE MADUIXA SENSE SUCRE

24

**FESTIU LLIURE DISPOSICIÓ**

25

**"LLEGUMINITZA'T"**  
CREMA DE PASTANAGA (ECOLÒGIC)  
COUS COUS AMB SALTEJAT DE  
VERDURES I CIGRONS  
FRUITA

26

**RECEPTA TALLERS SCOLAREST**  
MACARRONS AMB PESTO DE BRÒCOLI  
FILET DE LLUÇ A LA LLAUNA  
BLAT DE MORO I PASTANAGA  
RATLLADA  
FRUITA

27

LLENTIES ESTOFADES  
CROQUETES D' ESPINACS  
TOMÀQUET AMANIT  
FRUITA (ECOLÒGIC)

28

SOPA DE PISTONS  
RAGOUT DE POLLASTRE AMB ROMANÍ  
ENCIAM I BROTS DE MONGETES  
I OGURT NATURAL



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:

