

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

3

ESPAGUETIS A LA CREMA
TRUITA D'ESPINACS
ENCIAM
IOGURT NATURAL

4

BRÒQUIL AMB PATATA
LLOM A LA PLANXA
IOGURT NATURAL

5

CREMA DE PORROS NATURAL
(ECOLÒGIC)
POLLASTRE ROSTIT
PATATES A DAUS
IOGURT NATURAL

6

SOPA DE GALETES
VEDELLA AMB SALS
IOGURT NATURAL

7

ARRÒS AMB VERDURES
FILET D' ABADAJE ARREBOSSAT
ENCIAM I COGOMBRE
IOGURT NATURAL

10

PRODUCTE INTEGRAL

MACARRONS (INTEGRALS) AMB
ALLADA
POLLASTRE SALTEJAT AMB VERDURES
IOGURT NATURAL

11

"LLEGUMINITZA'T"

CREMA DE BRÒQUIL AMB CROSTONS
ESPAGUETIS SALTEJATS AMB
CARBASSÓ
IOGURT NATURAL

12

PATATES GUISADES AMB VERDURES
GALL D'INDI A LA PLANXA
ENCIAM
IOGURT NATURAL

13

ARRÒS BLANC AMB XAMPINYONS
SALMÓ AL FORN
ENCIAM
IOGURT NATURAL

14

CARXOFES SALTEJADES
TRUITA DE CARBASSÓ I PATATA
ENCIAM I PEBROT VERMELL
IOGURT NATURAL

17

COLIFLOR AMB PATATES
FILET DE VEDELLA A LA PLANXA
XAMPINYONS
IOGURT NATURAL

18

JORNADA XEF DEL MAR- ANGEL LEON
CREMA DE CARBASSÓ (ECOLÒGIC)
FILET DE LLUÇ AL FORN
IOGURT NATURAL

19

ESPINACS SALTEJATS AMB ALL
PATATES AMB SALS VERDA
IOGURT NATURAL

20

FIDEUS A LA CASSOLA
ABADAJE A LA PLANXA
ENCIAM
IOGURT NATURAL

21

MENÚ ESPECIAL DE CARNESTOLTES
ARRÒS BLANC AMB XAMPINYONS
POLLASTRE ROSTIT
AMANIDA VERDA
IOGURT NATURAL

24

FESTIU LLIURE DISPOSICIÓ

25

"LLEGUMINITZA'T"
CREMA DE PORRO I PATATA
AMANIDA DE COUS COUS AMB
VERDURES
IOGURT NATURAL

26

RECEPTA TALLERS SCOLAREST
MACARRONS AMB PESTO DE BRÒCOLI
FILET DE LLUÇ A LA LLAUNA
ENCIAM
IOGURT NATURAL

27

PATATES AMB PEBROTS
ESPINACS A LA CREMA
ENCIAM
IOGURT NATURAL

28

SOPA DE PISTONS
RAGOUT DE POLLASTRE AMB ROMANÍ
ENCIAM
IOGURT 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:

