

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

2

COLIFLOR GRATINADA AMB
FORMATGE
VEDELLA AMB SALS
ARRÒS BLANC
IOGURT NATURAL

3

MACARRONS AMB ALLADA
TRUITA D'ESPINACS
AMANIDA VERDA
IOGURT NATURAL

4

RECEPTA TALLERS SCOLAREST
CREMA D'ESPARRECS
ESCALOPINES DE LLOM AMB CEB
AMANIDA VERDA
IOGURT NATURAL

5

ARRÒS BLANC AMB XAMPINYONS
SEITONS A L'ANDALUSA
ENCIAM I CEB
IOGURT NATURAL

6

CREMA DE VERDURES
HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA
PLANXA
IOGURT NATURAL

9

COUS COUS
FILET D'ABADEJO AL FORN
AMANIDA VERDA
IOGURT NATURAL

10

BLEDES AMB PATATES AL VAPOR
OUS REMENATS
ENCIAM
IOGURT NATURAL

11

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

12

ARRÒS A BANDA
POLLASTRE SALTEJAT AMB VERDURES
ENCIAM I COGOMBRE
IOGURT NATURAL

13

SOPA DE PISTONS
FILET DE VEDELLA A LA PLANXA
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

16

PRODUCTE INTEGRAL
MACARRONS AMB ALLADA
SALMÓ AL FORN
PATATA AL FORN
IOGURT NATURAL

17

ARRÒS BLANC AMB XAMPINYONS
CONTRACUIXA DE POLLASTRE AMB
ALLADA
ENCIAM
IOGURT NATURAL

18

BRÒQUIL AMB PATATES
FILET DE VEDELLA A LA PLANXA
IOGURT NATURAL

19

CREMA DE VERDURES ECOLÒGICA
LLOM A LA PLANXA
ENCIAM
IOGURT NATURAL

20

**DIA INTERNACIONAL DE LA
FELICITAT**
SOPA DE FIDEUS
PIT DE GALL DINDI AMB SALS
IOGURT NATURAL

23

SOPA D'ESTELS
ESCALOPINES DE VEDELLA
ENCIAM
IOGURT NATURAL

24

CREMA DE PORROS NATURAL
FILET DE POLLASTRE A LA PLANXA
IOGURT NATURAL

25

FIDEUÀ AMB BOLETS
POLLASTRE AL FORN AMB BRESA DE
CEBA I PEBROT
IOGURT NATURAL

26

PATATES AMB SALS VERDA
TIRES DE LLOM DE PORC NATURAL
FREGIDES AMB MAIZENA
AMANIDA VERDA
IOGURT NATURAL

27

ARRÒS AL CURRI AMB VERDURES
FILET DE LLUÇ AL FORN
AMANIDA VERDA
IOGURT NATURAL

30

CREMA DE VERDURES
VEDELLA AMB SALS
AMANIDA VERDA
IOGURT NATURAL

31

"LEGUMINITZAT"
BLEDES SALTEJADES
CONTRACUIXA DE POLLASTRE ROSTIT
IOGURT NATURAL

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



Hidrats de carboni

Proteïna (carn, peix, ous o llegums)



Juga amb els colors de les fruites i verdures



Fruites i lactis

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:

