

**DILLUNS**

**DIMARTS**

**DIMECRES**

**DIJOUS**

**DIVENDRES**

2

CREMA DE CARBASSÓ  
LASANYA DE CARN AMB FORMATGE  
PARMESÀ GRATINAT  
IOGURT

3

ARRÒS AMB TOMÀQUET I ORENGA  
MEDALLÓ DE LLUÇ A LA PLANXA AMB  
SOFREGIT D'ALL I PEBRE VERMELL  
ENCIAM I OLIVES  
FRUITA

4

"LLEGUMINITZA"  
LLENTIES AMB VERDURES  
COUS-COUS AMB VERDURES (PEBROT,  
CARBASSÓ I PASTANAGA)  
FRUITA (ECOLÒGIC)

5

ESPAGUETIS NAPOLITANA AMB  
TOMÀQUET  
POLLASTRE ROSTIT AMB FARIGOLA  
AMANIDA D' ENCIAM, CEBA I  
TOMÀQUET  
FRUITA

6

MINISTRA DE VERDURES AMB PATATA  
TRUITA FRANCESA AMB GALL DINDI  
ENCIAM I CEBA  
FRUITA

9

BLEDES AMB PATATES AL VAPOR  
BACALLÀ ORLY  
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA  
FRUITA

10

MONGETES BLANQUES ESTOFADES  
TRUITA DE CARBASSÓ  
ENCIAM I OLIVES  
FRUITA (ECOLÒGIC)

11

PAELLA VALENCIANA (AMB VERDURES,  
CARN MAGRA I POLLASTRE)  
HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA  
PLANXA  
TOMÀQUET I ORENGA  
FRUITA

12

ESPIRALS TRICOLOR AMB SOFREGIT DE  
TOMÀQUET NATURAL I ORENGA  
FILET DE LLUÇ AL FORN  
ENCIAM  
IOGURT

13

"LLEGUMINITZA"  
CREMA DE VERDURES AMB CROSTONETS  
DE PA  
CIGRONS SALTEJATS AMB ALL I JULIVERT  
FRUITA

16

CURRI SUAU DE LLENTIES ESTOFADES  
REMNAT MURCIÀ AMB OU  
CARBASSO I CEBA  
AMANIDA (AMANIDA D' ENCIAM I  
TOMÀQUET)  
FRUITA

17

ARRÒS A LA CASSOLA AMB VERDURES  
FILET DE LLUÇ A LA PLANXA AMB  
SOFREGIT D'ALL I PEBRE VERMELL  
AMANIDA VERDA  
FRUITA

18

SOPA DE FIDEUS  
MANDONGUILLES AMB SALSA I  
PATATES A DAUS  
FRUITA (ECOLÒGIC)

19

"LLEGUMINITZA"  
CREMA DE PASTANAGA  
COUS COUS AMB SALTEJAT DE  
VERDURES I CIGRONS  
FRUITA

20

DIA UNIVERSAL DE L'INFANT  
MACARRONS SALTEJATS  
PIT DE POLLASTRE ARREBOSSAT  
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA  
GELATINA DE MADUIXA

23

ARRÒS AMB TOMÀQUET  
MEDALLÓ DE BACALLÀ A LA PLANXA  
AMB SOFREGIT D'ALL  
BLAT DE MORO I PASTANAGA  
RATLLADA  
FRUITA

24

"LLEGUMINITZA"  
CREMA DE CARBASSA  
CIGRONS SALTATS AMB CEBA  
PASTANAGA I CARBASSÓ  
FRUITA

25

LLAÇOS AMB SALSA CARBONARA  
CONTRACUIXA DE POLLASTRE AL FORN  
AMB POMA  
FRUITA

26

MONGETES TENDRES AMB PATATES I  
PASTANAGA  
CROQUETES ARTESANES DE POLLASTRE  
ENCIAM I OLIVES  
FRUITA

27

SOPA DE PISTONS  
MAGRA DE PORC AL FORN AMB EL SEU  
SUC  
ENCIAM I BROTS DE MONGETES  
IOGURT

30

PRODUCTE ECOLÒGIC  
MACARRONS AMB CREMA  
D'ALFÀBREGA  
HAMBURGUESA DE VEDELLA AMB  
CEBA CARAMEL LITZADA  
FRUITA



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:

