

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

2

CREMA DE CARBASSÓ
VEDELLA AMB SALS
IOGURT NATURAL

3

ARRÒS BLANC AMB XAMPINYONS
MEDALLÓ DE LLUÇ A LA PLANXA AMB
SOFREGIT D'ALL I PEBRE VERMELL
ENCIAM I OLIVES
IOGURT NATURAL

4

PATATES GUISADES AMB VERDURES
LLOM A LA PLANXA
IOGURT NATURAL

5

ESPAGUETIS AMB ALLADA
POLLASTRE ROSTIT AMB FARIGOLA
AMANIDA VERDA
IOGURT NATURAL

6

ESPINACS SALTEJATS AMB ALL
TRUITA FRANCESA
ENCIAM I CEBA
IOGURT NATURAL

9

BLEDÉS AMB PATATES AL VAPOR
BACALLÀ ORLY
AMANIDA VERDA
IOGURT NATURAL

10

CARXOFES AL VAPOR
TRUITA DE CARBASSÓ
ENCIAM I OLIVES
IOGURT NATURAL

11

ARRÒS AMB VERDURES
HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA
PLANXA
AMANIDA VERDA
IOGURT NATURAL

12

ESPIRALS AMB ALLADA
FILET DE LLUÇ AL FORN
ENCIAM
IOGURT NATURAL

13

CREMA DE VERDURES
OUS REMENATS
IOGURT NATURAL

16

PATATES SALTADES AMB VERDURA
REMENAT MURCIÀ AMB OU
CARBASSO I CEBA
AMANIDA VERDA
IOGURT NATURAL

17

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

18

SOPA DE FIDEUS
VEDELLA AMB SALS
IOGURT NATURAL

19

"LLEGUMINITZA"
CREMA DE VERDURES
CIGRONS AMB VERDURES
IOGURT NATURAL

20

DIA UNIVERSAL DE L'INFANT
MACARRONS SALTEJATS
PIT DE POLLASTRE ARREBOSSAT
AMANIDA VERDA
IOGURT NATURAL

23

ARRÒS BLANC AMB XAMPINYONS
MEDALLÓ DE BACALLÀ A LA PLANXA
AMB SOFREGIT D'ALL
AMANIDA VERDA
IOGURT NATURAL

24

"LLEGUMINITZA"
CREMA DE VERDURES
OUS REMENATS
IOGURT NATURAL

25

MACARRONS AMB ALLADA
CONTRACUIXA DE POLLASTRE ROSTIT
IOGURT NATURAL

26

BRÒQUIL AMB PATATES
TIRES DE LLOM DE PORC NATURAL
FREGIDES AMB MAIZENA
ENCIAM I OLIVES
IOGURT NATURAL

27

SOPA DE PISTONS
MAGRA DE PORC AL FORN AMB EL SEU
SUC
AMANIDA VERDA
IOGURT NATURAL

30

PRODUCTE ECOLÒGIC
MACARRONS AMB CREMA
D'ALFÀBREGA
FILET DE VEDELLA A LA PLANXA
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: