

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

□

□

□

□

□

□

□

8

9

10

ARRÒS AMB TOMÀQUET  
CASTANYOLA ADOBADA  
BLAT DE MORO I PASTANAGA  
RATLLADA  
FRUITA

CREMA DE PORROS NATURAL  
ESCALOPINES DE VEDELLA AMB SALS  
FRUITA

COLIFLOR GRATINADA AMB  
FORMATGE  
TIRES DE CALAMAR I CRESTES  
AMANIDA VERDA  
FLAM

13

14

15

16

17

RAVIOLIS SALTEJATS AMB BOLETS I  
ESPÀRRECS VERDS  
SALMÓ AL FORN SOBRE LLIT D'  
ESPINACS  
FRUITA

BLEDES A LA GALLEGA AMB PEBRE  
ROIG  
ALETES DE POLLASTRE ROSTIDES A LA  
BARBACOA  
PATATA AL FORN  
FRUITA

ARRÒS MILANESA AMB PERNIL DOLÇ I  
FORMATGE  
FILET DE LLENGUADO AMB SÈSAM  
TOMÀQUET I ORENGA  
FRUITA

CARXOFES AMB TOMÀQUET  
REMENAT DE XAMPINYONS  
ENCIAM I COGOMBRE  
I OGURT NATURAL

BRÒQUIL AMB BEIXAMEL  
CINTA DE LLOM A LA PLANXA  
TOMÀQUET AMANIT  
BATUT DE FRUITA

20

21

22

23

24

CREMA DE PASTANAGA GRATINADA  
AMB FORMATGE  
MANDONGUILLES DE BACALLÀ  
XAMPINYONS  
FRUITA

ESPINACS AMB PESTO  
BROQUETES DE GALL DINDI  
AMANIDA VERDA AMB ENCIAM,  
COGOMBRE I OLIVES  
FRUITA

BRÒQUIL AMB OLI DE CURRI  
TRUITA DE RIU MEDITERRANI AMB  
OLIVES  
FRUITA

ARRÒS AMB VERDURES DE L'HORTA  
OUS DURS AMB SALS DE TOMÀQUET  
BATUT DE FRUITA

JORNADA XEF DEL MAR- ANGEL  
LEON  
LASANYA DE TONYINA  
FILETS RUSSOS DE VEDELLA AMB SALS  
ENCIAM I TOMÀQUET  
NATILLES

27

28

29

30

31

COLIFLOR AMB MAIONESA  
DAURADA AL FORN  
CARBASSÓ AL FORN  
FRUITA

TALLARINES AMB ALFÀBREGA I OLI D'  
OLIVA  
FILET DE POLLASTRE ARREBOSSAT  
AMANIDA VERDA  
FRUITA

BLEDES SALTEJADES  
TONYINA AMB CEBA  
COGOMBRE  
FRUITA

ARRÒS BLANC AMB XAMPINYONS I  
PÈSOLS  
REMENAT DE GAMBES, AJETES I  
ESPÀRRECS  
BATUT DE FRUITA

CREMA DE VERDURES AMB  
CROSTONETS DE PA  
COSTELLA DE PORC AMB "SAJONIA"  
BLAT DE MORO I PASTANAGA  
RATLLADA  
MOUSSE DE XOCOLATA



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



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:

Scolarest