

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

3

CREMA DE CARBASSA
SALMÓ SOBRE LLIT DE VERDURES
SALTEJADES
FRUITA
LÀCTIC
PA BLANC / PA INTEGRAL

4

MINISTRA DE VERDURES AMB PERNIL
PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA
FRUITA
LÀCTIC
PA BLANC / PA INTEGRAL

5

ARRÓS SALTEJAT (AMB SOFREGIT DE
CEBA I PERNIL)
LLOM A LA PLANXA
FRUITA
LÀCTIC
PA BLANC / PA INTEGRAL

6

TRINXAT DE LA Cerdanya (DE COL I
PATATA)
BOTIFARRA
FRUITA
LÀCTIC
PA BLANC / PA INTEGRAL

7

PATATES GRATINADES
PEIX DE PROXIMITAT (FRESC)
FRUITA
LÀCTIC
PA BLANC / PA INTEGRAL

10

AMANIDA DE PATATES
PERNILETS DE POLLASTRE AL CURRY
FRUITA
LÀCTIC
PA BLANC / PA INTEGRAL

11

FIDEUÀ DE PEIX
FILET DE SARDINA AL FORN AMB
JULIVERT
FRUITA
LÀCTIC
PA BLANC / PA INTEGRAL

12

PIT I PANA (PATATES SALTEJADES)
RODÓ DE PORC ROSTIT AL FORN
FRUITA
LÀCTIC
PA BLANC / PA INTEGRAL

13

MONGETES BLANQUES SALTEJADES AMB
BACÓ
BISTEC A LA PLANXA
FRUITA
LÀCTIC
PA BLANC / PA INTEGRAL

14

CREMA D'ESPARRECS
FILET DE LLUÇ A LA GALLEGA
FRUITA
LÀCTIC
PA BLANC / PA INTEGRAL

17

RAVIOLIS QUATRE FORMATGES
LLOM AMB PEBRE VERD
FRUITA
LÀCTIC
PA BLANC / PA INTEGRAL

18

VERDURA TRICOLOR (BRÒQUIL,
PASTANAGA, PATATA)
CALAMARS A LA ROMANA
(ARREBOSSATS AMB OU I FARINA)
FRUITA
LÀCTIC
PA BLANC / PA INTEGRAL

19

PATATES GUISADES AMB VERDURES
COSTELLA DE PORC
FRUITA
LÀCTIC
PA BLANC / PA INTEGRAL

20

CARBASSÓ GRATINAT AMB FORMATGE
BACALLÀ AMB SAMFAINA
FRUITA
LÀCTIC
PA BLANC / PA INTEGRAL

21

PÈSOLS SALTEJATS
FILET DE POLLASTRE ARREBOSSAT
FRUITA
LÀCTIC
PA BLANC / PA INTEGRAL

24

FESTIU

25

CIGRONS AMB VERDURES
PELAYA AL FORN AMB LLIMONA
FRUITA
LÀCTIC
PA BLANC / PA INTEGRAL

26

MACARRONS INTEGRALS AMB
TOMÀQUET
TONYINA EN ESCABETX
FRUITA
LÀCTIC
PA BLANC / PA INTEGRAL

27

ESPINACS A LA CREMA
SALSITXES DE PORC
FRUITA
LÀCTIC
PA BLANC / PA INTEGRAL

28

JORNADA ARGENTINA
AMANIDA CRIOLLA
XURRASCO AMB XIMIXURRI
POSTRES CASOLÀ
PA BLANC / PA INTEGRAL



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

Els menús estan elaborats amb:

❖ Productes de proximitat i km 0

❖ Productes ecològics

❖ Productes integrals

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