

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

3

ESPAGUETIS A LA CREMA
FILET D'AGULLA DE PORC A A LA PLANXA
AMANIDA VERDA AMB ENCIAM, COGOMBRE I OLIVES
FRUITA
B: ENTREPÀ DE FORMATGE

4

JORNADA PROTEÍNA VEGETAL
MONGETES BLANQUES (ECOLÒGIC) GUISADES AMB PASTANAGA
HAMBURGUESA VEGETAL AMB SALS DE XAMPINYONS
TOMÀQUET AMANIT
FRUITA
B: FRUITA DE TEMPORADA

5

MONGETES TENDRES AMB TOMÀQUET
POLLASTRE ROSTIT AMB SALS BARBACOA
PATATES A DAUS
FRUITA
B: IOGURT I GRISINES (Infantil)
B: ENTREPÀ DE PERNIL

6

CREMA DE CARBASSA OUS AMB BEIXAMEL
AMANIDA D' ENCIAM, TOMÀQUET, PASTANAGA I BLAT DE MORO
IOGURT NATURAL
B: FRUITA DE TEMPORADA

7

ARRÒS A LA CASSOLA AMB VERDURES
FILET D' ABADJO ARREBOSSAT
AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE
FRUITA
B: PA I XOCOLATA

10

SOPA D'AU CASOLANA
FILET DE MAGRA A LA PLANXA
AMANIDA D' ENCIAM, OLIVES, COGOMBRE I BLAT DE MORO
FRUITA
B: ENTREPÀ DE FORMATGE

11

CREMA DE VERDURES
MEDALLÓ DE LLUÇ A LA MARINERA
PATATA PANADERA
IOGURT NATURAL
B: FRUITA DE TEMPORADA

12

CURRI SUAU DE LLENTIES ESTOFADES
REMNAT DE XAMPINYONS
ENCIAM I OLIVES
FRUITA
B: IOGURT I GRISINES (Infantil)
B: ENTREPÀ DE PERNIL

13

TRINXAT DE LA CERDANYA (DE COL I PATATA)
CONTRACUIXA DE POLLASTRE ROSTIT AMB ROMANÍ
RODANXA DE TOMÀQUET I CEBA
FRUITA
B: FRUITA DE TEMPORADA

14

ARRÒS AMB SALS "ALLA NORMA"
SALMÓ AL FORN
BLAT DE MORO I PASTANAGA RATLLADA
FRUITA
B: PA I XOCOLATA

17

COLIFLOR AMB PATATES
HAMBURGUESA DE VEDELLA A LA PLANXA
XAMPINYONS
FRUITA
B: ENTREPÀ DE FORMATGE

18

JORNADA XEF DEL MAR- ANGEL LEON
CREMA DE CARBASSÓ NATURAL AMB CROSTONS
TALLARINES DE LLUÇ AMB SALS DE TOMÀQUET, ALFÀBREGA I FORMATGE
FRUITA
B: FRUITA DE TEMPORADA

19

MONGETES VERMELLES AMB ARRÒS
TRUITA D'ESPINACS
RODANXES DE TOMÀQUET NATURAL
FRUITA
B: IOGURT I GRISINES (Infantil)
B: ENTREPÀ DE PERNIL

20

FIDEUÀ AMB VERDURES
TIRES DE CALAMAR CASOLANS A L'ANDALUSA
AMANIDA AMB BROS DE MONGETES
FRUITA
B: FRUITA DE TEMPORADA

21

MENÚ ESPECIAL DE CARNESTOLTES
PIT I PANA (PATATES SALTEJADES)
PIT DE POLLASTRE AMB DISFRESSA DE PIZZA
AMANIDA VERDA AMB ENCIAM, COGOMBRE I OLIVES
GELATINA DE MADUIXA SENSE SUCRE
B: PA I XOCOLATA

24

FESTIU LLIURE DISPOSICIÓ

25

VERDURA TRES COLORS (MONGETA, PASTANAGA I PATATA)
PERNILETS DE POLLASTRE AMB SALS
RODANXES DE TOMÀQUET NATURAL
IOGURT NATURAL
B: FRUITA DE TEMPORADA

26

RECEPTE TALLERS SCOLAREST
MACARRONS AMB PESTO DE BRÒCOLI
CASTANYOLA ADOBADA
BLAT DE MORO I PASTANAGA RATLLADA
FRUITA
B: IOGURT I GRISINES (Infantil)

27

CREMA DE PASTANAGA
CIGRONS SALTEJATS AMB BACÓ
FRUITA
B: FRUITA DE TEMPORADA

28

ARRÒS TRES DELÍCIES
POLLASTRE AL FORN
AMANIDA VERDA
FRUITA
B: PA I 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



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:

