

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

2

MONGETES TENDRES AMB PATATES I PASTANAGA
VEDELLA AMB SALSÀ
FRUITA

3

MACARRONS AMB SOFREGIT
FILET DE LLUÇ A LA LLIMONA
ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA

4

SOPA DE PASTA AMB PASTANAGA
CUIXETES DE POLLASTRE ROSTIDES
AMANIDA VERDA
FRUITA

5

ARRÒS AMB BLAT DE MORO I PASTANAGA
FILET D' ABADÉJO ARREBOSSAT
AMANIDA D' ENCIAM, CEBÀ I TOMÀQUET
IOGURT NATURAL

6

PRODUCTE ECOLÒGIC
LLENTIES AMB VERDURES
TRUITA DE PATATES
ENCIAM I ESPÀRRECS
FRUITA

9

MONGETES TENDRES AMB TOMÀQUET
GUISAT DE CALAMARS
ARRÒS BLANC
FRUITA

10

CIGRONS AMB VERDURES
TRUITA DE PATATES
TOMÀQUET I BLAT DE MORO
IOGURT DE SABOR

11

PRODUCTE ECOLÒGIC
SOPA DE PASTA AMB PASTANAGA
HAMBURGUESA DE VEDELLA AL FORN AMB PATATES PALLA CASOLANES
ENCIAM
FRUITA

12

ARRÒS A BANDA
WOK DE POLLASTRE I VERDURES AMB SALSÀ DE SOJA
ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA

13

JORNADA XEF DEL MAR- ANGEL LEON
CREMA DE CARBASSÓ I CARBASSA
TALLARINES DE LLUÇ AMB JULIANA DE BOLETS
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

16

LLENTIES AMB VERDURES
TRUITA DE PATATES
AMANIDA (AMANIDA D' ENCIAM I TOMÀQUET)
FRUITA

17

PRODUCTE ECOLÒGIC
ARRÒS BLANC AMB TOMÀQUET I ALFÀBREGA
LLUÇ AMB SALSÀ VERDA
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA
IOGURT NATURAL

18

VERDURA TRICOLOR (BRÒQUIL, MONGETA I PASTANAGA)
FILET DE VEDELLA A LA PLANXA
PATATA PANADERA
FRUITA

19

PRODUCTE INTEGRAL
MACARRONS INTEGRALS A LA NAPOLITANA
LLUÇ AMB CROSTA DE PATATA
TOMÀQUET NATURAL
FRUITA

20

DIA INTERNACIONAL DE LA FELICITAT
SOPA DE PASTA AMB PASTANAGA
CRESTES DE TONYINA
GELAT

23

FIDEUÀ AMB VERDURES
CROQUETES DE BACALLÀ
ENCIAM I OLIVES
FRUITA

24

CREMA DE CARBASSÓ
VEDELLA AMB SALSÀ
FRUITA

25

PRODUCTE ECOLÒGIC
ESPAGUETIS (INTEGRAL) NAPOLITANA AMB MANTEGA I OLIVES NEGRES
CUIXETES DE POLLASTRE ROSTIDES
ENCIAM
FRUITA

26

MONGETES BLANQUES I PATATA BULLIDA AMB OLI D'OLIVA
TRUITA DE PATATES
TOMÀQUET I ORENGA
IOGURT NATURAL

27

ARRÒS AL CURRI AMB VERDURES
MEDALLÓ DE LLUÇ AL FORN
AMANIDA VERDA
FRUITA

30

CREMOSA DE PASTANAGUES AMB FARIGOLA
FILET DE LLUÇ AL FORN
FRUITA

31

PRODUCTE ECOLÒGIC
LLENTIES AMB ARRÒS I VERDURES (PEBROT, PASTANAGA I PATATA)
BACALLÀ A LA ROMANA
ENCIAM I FORMATGE
FRUITA

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:

