

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

14

LLENTIES ESTOFADES AMB PASTANAGA
CROQUETES
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA
FRUITA

15

MONGETES TENDRES AMB TOMÀQUET
CONTRACUIXA DE POLLASTRE ROSTIT
PATATES A DAUS
FRUITA

16

MACARRONS A LA CARBONARA
TEMPURA CRUIXENT D'ABADEJO
TOMÀQUET NATURAL
FRUITA

17

ARRÒS AMB TOMÀQUET NATURAL I OLIVES NEGRES
TRUITA DE FORMATGE
ENCIAM I CEBA
FRUITA

18

CREMA DE CARBASSÓ
MANDONGUILLES AMB XAMPINYONS
GELAT

21

AMANIDA DE PASTA TRICOLOR
CONTRACUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB POMA
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

22

MONGETES BLANQUES ESTOFADES
TRUITA DE PATATES
ENCIAM I CEBA
FRUITA

23

SOPA D'ESTELS
HAMBURGUESA DE VEDELLA CLÀSSICA AL FORN AMB "PISTO MANCHEGO"
IOGURT

24

ARRÒS AL CURRI
FILET DE LLUÇ AL FORN AMB SALSAMERIA
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA
FRUITA

25

CREMA DE PORROS NATURAL
CIGRONS AMB SALSAMERIA BOLONYESA
VEGETAL
FRUITA

28

CREMA DE VERDURES AMB CROSTONETS DE PA
CANELONS AMB BEIXAMEL I FORMATGE
FRUITA

29

PAELLA ALACANTINA
MEDALLÓ DE BACALLÀ A L'ANDALUSA
ENCIAM I COGOMBRE
GELAT

30

SOPA DE PICADA
WOK DE POLLASTRE I VERDURES AMB SALSAMERIA DE SOJA
FRUITA



Scolarest em va proposar canviar la forma d'alimentar als nens i nenes i preparar-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: