

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

2

VERDURA TRICOLOR (BRÒQUIL, PASTANAGA, PATATA)
PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA
AMANIDA VERDA
FRUITA

B: PA I XOCOLATA

3

MACARRONS AMB SOFREGIT
MANDONGUILLES AMB XAMPINYONS
FRUITA

B: FORMATGET AMB BASTONETS

4

FIDEUÀ DE PEIX
ROSTIT DE MAGRA
AMANIDA VERDA
FRUITA

B: ENTREPÀ DE GALL DINDI

5

ARRÒS TRES DELÍCIES
FILET D' ABADENO ARREBOSSAT
AMANIDA D' ENCIAM, CEBA I TOMÀQUET
IOGURT NATURAL

B: PLÀTAN

6

LLENTIES AMB VERDURES
TRUITA DE PATATES
ENCIAM I ESPÀRRECS
FRUITA

B: ENTREPÀ DE PERNIL

9

MONGETES TENDRES AMB TOMÀQUET
FILET DE PEIX CARBONER ORLY (ARREBOSSAT I FREGIT)
AMANIDA VERDA
FRUITA

B: PICS AMB XOCOLATA

10

CIGRONS GUISATS AMB PASTANAGA
HAMBURGUESA DE VEDELLA AL FORN AMB PATATES PALLA CASOLANES
FRUITA

B: PA AMB FORMATGE

11

SOPA DE GALETS
BISTEC DE MAGRA A LES FINES HERBES
ENCIAM
FRUITA

B: ENTREPÀ DE PERNIL YORK

12

ARRÒS A BANDA
WOK DE POLLASTRE I VERDURES AMB SALS DE SOJA
ENCIAM I COGOMBRE
GELATINA DE MADUIXA SENSE SUCRE

B: PLÀTAN

13

CREMA DE CARBASSÓ I CARBASSA
TRUITA DE BACÓ
AMANIDA VERDA
FRUITA

B: ENTREPÀ DE GALL DINDI

16

LLENTIES ESTOFADES CASOLANES (AMB XORIÇO I VERDURES)
SALMÓ AMB CROSTA DE PATATA CRUIXENT I TOMÀQUET
FRUITA

B: PA I XOCOLATA

17

SOPA DE PRIMAVERA AMB OU PICAT
CONTRACUIXA DE POLLASTRE AMB ALLADA
SAMFAINA
FRUITA

B: PICS AMB FORMATGE MANXEC

18

ARRÒS BLANC AMB TOMÀQUET I ALFÀBREGA
BISTEC DE MAGRA AMB FINES HERBES I LLIT DE CEBA
PATATA PANADERA
FRUITA

B: ENTREPÀ DE GALL DINDI

19

MACARRONS INTEGRALS A LA NAPOLITANA
TRUITA DE CARBASSÓ
AMANIDA (AMANIDA D' ENCIAM I TOMÀQUET)
IOGURT NATURAL

B: PLÀTAN

20

VERDURA TRES COLORS (MONGETA, PASTANAGA I PATATA)
CROQUETES DE PERNIL
AMANIDA VERDA
FRUITA

B: ENTREPÀ DE PERNIL

23

FIDEUÀ AMB VERDURES
ESTOFAT DE GALL DINDI
XAMPINYONS
FRUITA

B: PICS AMB XOCOLATA

24

CREMA DE PORROS NATURAL
CONTRACUIXA DE POLLASTRE ROSTIT
AMANIDA VERDA
FRUITA

B: FORMATGE MANXEC AMB PA

25

SOPA D' ESTELS
ESCALOPINES DE VEDELLA AMB SALS DE ENCIAM I BROTS DE MONGETES
FRUITA

B: ENTREPÀ DE PERNIL YORK

26

CIGRONS (ECOLÒGIC) ESTOFATS AMB PATATA
MEDALLÓ DE LLUÇ A LA ROMANA AMB LLIMONA
TOMÀQUET I ORENGA
IOGURT NATURAL

B: PLÀTAN

27

ARRÒS AL CURRI AMB VERDURES
TRUITA DE PATATES
AMANIDA VERDA
FRUITA

B: ENTREPÀ DE GALL DINDI

30

MONGETES TENDRES AMB PATATES
BOTIFARRA
AMANIDA VERDA
FRUITA

B: PA I XOCOLATA

31

LLENTIES AMB ARRÒS
POLLASTRE AL FORN AMB BRESA DE CEBA I PEBROT
FRUITA

B: FORMATGET AMB BASTONETS



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

Scolarest

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



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:

