

## LUNES

## MARTES

## MIÉRCOLES

## JUEVES

## VIERNES

2

VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, ZANAHORIA, PATATA)  
RAVIOLIS CON TOMATE Y QUESO PARMESANO  
PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA  
BUÑUELOS DE BACALAO  
ENSALADA VERDE  
FRUTA DE TEMPORADA /LÁCTEO  
M: PAN Y CHOCOLATE

3

MACARRONES CON SOFRITO  
CREMA DE CALABACÍN  
ALBÓNDIGAS CON CHAMPIÑONES  
FILETE DE MERLUZA A LA PLANCHA  
LECHUGA  
FRUTA DE TEMPORADA /LÁCTEO  
M: QUESITO CON PICOS

4

5

ARROZ TRES DELICIAS  
PANACHE DE VERDURAS  
FILETE DE ABADENO ENHARINADO  
CHURRASCO DE TERNERA A LA PLANCHA  
ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y TOMATE  
FRUTA DE TEMPORADA /LÁCTEO  
M: PLÁTANO

6

LENTEJAS CON VERDURAS  
ENSALADA DE ATÚN  
TORTILLA DE PATATAS  
CONEJO CONFITADO  
LECHUGA Y ESPÁRRAGOS  
FRUTA DE TEMPORADA /LÁCTEO  
M: BOCADILLO DE JAMÓN

9

JUDÍAS VERDES CON TOMATE  
ARROZ NEGRO CON SEPIA  
FILETE DE FOGONERO ORLY  
CHULETA DE CERDO A LA PLANCHA  
ENSALADA VERDE  
FRUTA DE TEMPORADA /LÁCTEO  
M: PICOS CON CHOCOLATE

10

GARBANZOS GUIADOS CON ZANAHORIA  
ESPIRALES CON ATÚN  
HAMBURGUESA DE TERNERA AL HORNO  
CON PATATAS PAJA CASERAS  
FILETE DE MERLUZA A LA MARINERA  
FRUTA DE TEMPORADA /LÁCTEO  
M: PAN CON QUESO

11

12

ARROZ ABANDA  
JUDÍAS VERDES CON JAMÓN  
WOK DE POLLO CON VERDURAS Y SALSA DE SOJA  
PESCADO DE PROXIMIDAD (FRESCO)  
LECHUGA Y PEPINO  
FRUTA DE TEMPORADA /LÁCTEO  
M: PLÁTANO

13

CREMA DE CALABACÍN Y CALABAZA  
MACARRONES CON TOMATE  
TORTILLA DE BACON  
COSTILLA DE CERDO  
ENSALADA VERDE  
CHAMPIÑONES  
FRUTA DE TEMPORADA /LÁCTEO  
M: BOCADILLO DE PAVO

16

LENTEJAS ESTOFADAS A LA CASERA (CON CHORIZO Y VERDURAS)  
ENSALADA DE QUESO  
SALMON EN COSTRA DE PATATA CRUJIENTE Y TOMATE  
EMPANADO DE JAMON Y QUESO  
ENSALADA VERDE  
FRUTA DE TEMPORADA /LÁCTEO  
M: PAN Y CHOCOLATE

17

SOPA DE PRIMAVERA CON HUEVO PICADO  
PIT Y PANA (PATATAS SALTEADAS)  
CONTRAMUSLO DE POLLO AL AJILLO  
CABALLA CON PISTO DE PIMIENTOS, CEBOLLA, CALABACÍN Y TOMATE  
SAMFAINA  
FRUTA DE TEMPORADA /LÁCTEO  
M: QUESO MANCHEGO CON PICOS

18

19

MACARRONES INTEGRALES A LA NAPOLITANA  
ACELGAS REHOGADAS  
TORTILLA DE CALABACÍN  
PESCADO DE PROXIMIDAD (FRESCO)  
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE  
FRUTA DE TEMPORADA /LÁCTEO  
M: PLÁTANO

20

VERDURA TRES COLORES (JUDÍA VERDE, ZANAHORIA Y PATATA)  
ENSALADA DE ARROZ  
CROQUETAS DE JAMÓN  
BACALAO A LA MUSELINA DE AJO  
ENSALADA VERDE  
FRUTA DE TEMPORADA /LÁCTEO  
M: BOCADILLO DE JAMÓN

23

FIDEUA CON VERDURITAS  
CREMA DE PUERROS  
ESTOFADO DE PAVO  
EMPANADILLAS DE ATÚN  
CHAMPIÑONES  
FRUTA DE TEMPORADA /LÁCTEO  
M: PICOS CON CHOCOLATE

24

CREMA DE PUERROS  
PATATAS GRATINADAS  
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO  
PESCADO DE PROXIMIDAD (FRESCO)  
ENSALADA VERDE  
FRUTA DE TEMPORADA /LÁCTEO  
M: QUESO MANCHEGO CON PAN

25

26

GARBANZOS (ECOLOGICO) GUIADOS CON PATATA  
ENSALADA CATALANA  
MEDALLÓN DE MERLUZA A LA ROMANA CON LIMÓN  
CABEZADA DE CERDO EN SALSA TOMATE CON ORÉGANO  
FRUTA DE TEMPORADA /LÁCTEO  
M: PLÁTANO

27

ARROZ AL CURRY CON VERDURAS  
ENSALADA DE PASTA  
TORTILLA DE PATATAS  
ESTOFADO DE TERNERA CON GUIANTES Y ZANAHORIAS  
ENSALADA VERDE  
FRUTA DE TEMPORADA /LÁCTEO  
M: BOCADILLO DE PAVO

30

JUDÍAS VERDES CON PATATAS  
RAVIOLIS SALTEADOS CON SETAS Y ESPÁRRAGOS VERDES  
BUTIFARRA  
FILETE DE FOGONERO A LA PLANCHA  
ENSALADA VERDE  
FRUTA DE TEMPORADA /LÁCTEO  
M: PAN Y CHOCOLATE

31

LENTEJAS CON ARROZ  
COLIFLOR GRATINADA CON QUESO  
POLLO AL HORNO CON BRESA DE CEBOLLA Y PIMIENTO  
CROQUETAS DE BACALAO  
ENSALADA VERDE  
FRUTA DE TEMPORADA /LÁCTEO  
M: QUESITO CON PICOS



Scolarest me propuso cambiar la forma de alimentar de los niños y niñas y acercarles el mar, hacer conocido lo desconocido sobre sus beneficios, no pude más que comprometerme con el reto y ponerme a trabajar, trabajar por ellos y trabajar con el mar.

**SCOLAREST**  
con las familias

**Scolarest**

## ¿QUIÉN ES ANGEL LEÓN?

El Chef del restaurante de Aponiente con 3 estrellas Michelin, es uno de los cocineros de mayor prestigio internacional. Su pasión y cariño por el mar le han llevado a crear innovadores proyectos basados en la proteína marina.



## FISH REVOLUTION



Con el objetivo de mejorar la alimentación de nuestros pequeños, Angel León se ha unido a Scolarest en un innovador proyecto de I+D Gastronómico para fomentar el consumo de proteína marina.

El chef ha buscado herramientas para hacer nuevos productos exclusivos para mejorar la alimentación de nuestros niños y niñas.



## ¿QUIERES SABER EN QUÉ MEJORAMOS?

En elaboraciones culinarias que aportan Omega 3, proteínas, vitaminas y minerales en elevados porcentajes y evitando lo máximo posible el uso de conservantes y colorante.

**¡No sustituimos la ración de pescado, la complementamos!**



## COMPLETA CON UN ADECUADO



## menú de cena



Agua



Proteína (carne, pescado, huevos o legumbres)



Aceite de oliva

Vegetales crudos o cocidos



Juega con los colores de las frutas y verduras



Frutas y lácteos

Hidratos de carbono



### Si hemos comido:

### Podemos cenar:

Cereales, féculas o legumbres	→	Hortalizas crudas o legumbres cocidas
Verduras	→	Cereales o féculas
Carne	→	Pescado o huevo
Pescado	→	Carne magra o huevo
Huevo	→	Pescado o carne magra
Fruta	→	Lácteos o fruta
Lácteos	→	Fruta

## BUSCAMOS UNA REVOLUCIÓN CONCEPTUAL

Scolarest y Angel León queremos acercar el pescado de una manera divertida

y conocida, que no produzca el rechazo y si favorezca su inclusión.

La finalidad básica de este proyecto es que nuestros niños coman más proteína marina de manera normalizada, sin modificar sus hábitos ni sus rutinas alimentarias, esa es la gran clave.



Notas:

En caso de alergias o intolerancias, procurar mantener una buena alimentación sustituyendo los alimentos no tolerados por otros dentro de la misma familia. Nuestra empresa somete a congelación el pescado que vaya a ser consumido crudo o poco hecho, según establece el R.O. 1420/2006. Según lo establecido en el RE 1169/2011, la cocina dispone de información sobre el contenido en alérgenos de los menús elaborados.

Empresa adherida al PLAN de colaboración para la mejora de la composición de los alimentos y bebidas y otras medidas 2020

Scolarest