

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

2

VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, ZANAHORIA, PATATA)
PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA
ENSALADA VERDE
FRUTA DE TEMPORADA
M: PAN Y CHOCOLATE

3

MACARRONES CON SOFRITO
ALBÓNDIGAS CON CHAMPIÑONES
FRUTA DE TEMPORADA
M: QUESITO CON PICOS

4

FIDEUA CON PESCADO
RUSTIDO DE MAGRA
ENSALADA VERDE
FRUTA DE TEMPORADA
M: BOCADILLO DE PAVO

5

ARROZ TRES DELICIAS
FILETE DE ABADEJO ENHARINADO
ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y TOMATE
YOGUR NATURAL
M: PLÁTANO

6

LENTEJAS CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATAS
LECHUGA Y ESPÁRRAGOS
FRUTA DE TEMPORADA
M: BOCADILLO DE JAMÓN

9

JUDÍAS VERDES CON TOMATE
FILETE DE FOGONERO ORLY
ENSALADA VERDE
FRUTA DE TEMPORADA
M: PICOS CON CHOCOLATE

10

GARBANZOS GUIADOS CON ZANAHORIA
HAMBURGUESA DE TERNERA AL HORNO CON PATATAS PAJA CASERAS
FRUTA DE TEMPORADA
M: PAN CON QUESO

11

SOPA DE GALETS
BISTEC DE MAGRA FINAS HIERBAS
LECHUGA
FRUTA DE TEMPORADA
M: BOCADILLO DE JAMÓN YORK

12

ARROZ ABANDA
WOK DE POLLO CON VERDURAS Y SALSA DE SOJA
LECHUGA Y PEPINO
GELATINA DE FRESA SIN AZUCAR
M: PLÁTANO

13

CREMA DE CALABACÍN Y CALABAZA
TORTILLA DE BACON
ENSALADA VERDE
FRUTA DE TEMPORADA
M: BOCADILLO DE PAVO

16

LENTEJAS ESTOFADAS A LA CASERA (CON CHORIZO Y VERDURAS)
SALMON EN COSTRA DE PATATA CRUJIENTE Y TOMATE
FRUTA DE TEMPORADA
M: PAN Y CHOCOLATE

17

SOPA DE PRIMAVERA CON HUEVO PICADO
CONTRAMUSLO DE POLLO AL AJILLO SAMFAINA
FRUTA DE TEMPORADA
M: QUESO MANCHEGO CON PICOS

18

ARROZ BLANCO CON TOMATE Y ALBAHACA
BISTEC DE MAGRA A LA FINAS HIERBAS SOBRE LECHO DE CEBOLLA
PATATA PANADERA
FRUTA DE TEMPORADA
M: BOCADILLO DE PAVO

19

MACARRONES INTEGRALES A LA NAPOLITANA
TORTILLA DE CALABACÍN
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
YOGUR NATURAL
M: PLÁTANO

20

VERDURA TRES COLORES (JUDÍA VERDE, ZANAHORIA Y PATATA)
CROQUETAS DE JAMÓN
ENSALADA VERDE
FRUTA DE TEMPORADA
M: BOCADILLO DE JAMÓN

23

FIDEUA CON VERDURITAS
ESTOFADO DE PAVO
CHAMPIÑONES
FRUTA DE TEMPORADA
M: PICOS CON CHOCOLATE

24

CREMA DE PUERROS
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO
ENSALADA VERDE
FRUTA DE TEMPORADA
M: QUESO MANCHEGO CON PAN

25

SOPA DE ESTRELLAS
ESCALOPINES DE TERNERA EN SALSA CON VERDURAS
LECHUGA Y JUDIA BROTE
FRUTA DE TEMPORADA
M: BOCADILLO DE JAMÓN YORK

26

GARBANZOS (ECOLOGICO) GUIADOS CON PATATA
MEDALLÓN DE MERLUZA A LA ROMANA CON LIMÓN
TOMATE CON ORÉGANO
YOGUR NATURAL
M: PLÁTANO

27

ARROZ AL CURRY CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATAS
ENSALADA VERDE
FRUTA DE TEMPORADA
M: BOCADILLO DE PAVO

30

JUDÍAS VERDES CON PATATAS
BUTIFARRA
ENSALADA VERDE
FRUTA DE TEMPORADA
M: PAN Y CHOCOLATE

31

LENTEJAS CON ARROZ
POLLO AL HORNO CON BRESA DE CEBOLLA Y PIMIENTO
FRUTA DE TEMPORADA
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



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.



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

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.