

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

□

□

□

1

2

LENTEJAS CON JUDÍAS VERDES
BISTEC DE MAGRA FINAS HIERBAS
TOMATE ALIÑADO
HELADO

M: FRUTA DE TEMPORADA

FIDEUA CON PESCADO
TORTILLA DE PATATAS
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
FRUTA

M: BOCADILLO DE PAVO

5

6

7

8

9

CREMA DE CALABACÍN
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

M: PAN CON QUESITO

SOPA DE PISTONES
FILETE DE ABADENO REBOZADO
ENSALADA VERDE
GELATINA

M: PICOS CON CHOCOLATE

ARROZ TRES DELICIAS
TERNERA JARDINERA
FRUTA

M: BOCADILLO DE PAVO

LENTEJAS GUIADAS CON ZANAHORIA
TORTILLA DE CALABACÍN
TOMATE NATURAL EN RODAJAS
YOGUR

M: PAN CON PLÁTANO

CODITOS CON SOFRITO
CROQUETAS ARTESANAS DE JAMÓN
LECHUGA Y JUDIA BROTE
FRUTA

M: BOCADILLO DE JAMÓN

12

13

14

15

16

FESTIVO

ARROZ CON TOMATE NATURAL Y
OLIVAS NEGRAS
MEDALLÓN DE BACALAO ANDALUZA
LECHUGA Y CEBOLLA
FRUTA

M: PAN CON QUESO

CREMA DE CALABAZA
POLLO A LA HORTELANA CON PURÉ DE
PATATA
FRUTA

M: PICOS CON CHOCOLATE

ALUBIA BLANCA Y PATATA HERVIDA
CON ACEITE DE OLIVA
ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA CON
GUISANTES, ZANAHORIA, Y PATATA
YOGUR

M: FRUTA DE TEMPORADA

MERLUZA A LA NAPOLITANA
TORTILLA DE PATATAS
TOMATE NATURAL EN RODAJAS
FRUTA

M: BOCADILLO DE PAVO

19

20

21

22

23

ESPIRALES CON TOMATE
MAGRA DE CERDO AL HORNO EN SU
JUGO
LECHUGA, TOMATE Y OLIVAS
YOGUR

M: PAN CON QUESITO

CREMA DE CALABACÍN NATURAL CON
PICATOSTES
FILETE DE MERLUZA AL HORNO
FRUTA

M: PICOS CON CHOCOLATE

PIT Y PANA (PATATAS SALTEADAS)
POLLO AL HORNO
ENSALADA DE LECHUGA, REMOLACHA,
ACEITUNAS Y MAÍZ
FRUTA

M: BOCADILLO DE QUESO

ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS
PALOMETA EN ADOBO
ZANAHORIA RALLADA, ACEITUNAS
VERDES Y MAÍZ
YOGUR

M: PAN CON PLÁTANO

JUDÍAS VERDES CON PATATAS
TORTILLA DE CALABACÍN
ENSALADA VERDE
FRUTA

M: BOCADILLO DE JAMÓN

26

27

28

29

30

MACARRONES AL PESTO
FILETE DE MERLUZA AL HORNO
PISTO
FRUTA

M: PICOS CON CHOCOLATE

JUDÍAS VERDES REHOGADAS CON
PIMENTÓN
POLLO AL HORNO
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
YOGUR

M: PAN CON QUESITO

SOPA DE AVE CON PASTA
HAMBURGUESA DE TERNERA CON
SALSA BARBACOA
FRUTA

M: BOCADILLO DE JAMÓN YORK

LENTEJAS CON ARROZ
TORTILLA DE PATATAS
ENSALADA VERDE
GELATINA

M: FRUTA DE TEMPORADA

CREMA DE CALABAZA
CROQUETAS DE JAMÓN
ENSALADA VERDE
FRUTA

M: BOCADILLO DE PAVO



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



Aceite de oliva

Vegetales crudos o cocidos



Hidratos de carbono

Proteína (carne, pescado, huevos o legumbres)



Juega con los colores de las frutas y verduras



Frutas y lácteos

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.

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

