

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

□

□

□

□

□

□

8

LENTEJAS GUIADAS CON ZANAHORIA
FILETE DE POLLO A LA PLANCHA
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
YOGUR DESNATADO

9

MACARRONES AL AJILLO
FILETE DE ABADEJO AL HORNO
TOMATE NATURAL
FRUTA

10

ARROZ CON TOMATE NATURAL Y OLIVAS
NEGRAS
FILETE DE TERNERA A LA PLANCHA
LECHUGA Y CEBOLLA
FRUTA

11

CREMA DE CALABACÍN
CABEZADA DE CERDO EN SALSA
ENSALADA CON BROTES DE JUDIA
YOGUR DESNATADO

14

ENSALADA DE PASTA, MAÍZ Y TOMATE
LOMO A LA PLANCHA
ENSALADA VERDE
FRUTA

15

SOPA DE PASTA CON ZANAHORIA
GARBANZOS CON BOLONESA VEGETAL
YOGUR DESNATADO

16

CREMA DE GUISANTES CON PICATOSTES
TERNERA EN SALSA
FRUTA

17

ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS
FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON SALSA
MERY
LECHUGA Y TOMATE
FRUTA

18

ALUBIAS BLANCAS GUIADAS CON
ZANAHORIA
PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA
TOMATE ALIÑADO
YOGUR DESNATADO

21

LENTEJAS CON VERDURAS
BISTEC DE MAGRA FINAS HIERBAS
LECHUGA Y CEBOLLA
FRUTA

22

ENSALADA DE PATATAS, TOMATE, PIMIENTO,
PEPINO Y ACEITUNAS
CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO CON
MANZANA
YOGUR DESNATADO

23

CREMA DE PUERROS
FILETE DE TERNERA A LA PLANCHA
PISTO
FRUTA

24

SOPA DE COCIDO
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS,
POLLO, ZANAHORIA, PATATA Y REPOLLO
FRUTA

25

ARROZ AL CURRY
FILETE DE ABADEJO AL HORNO
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
YOGUR DESNATADO

28

CREMA DE VERDURAS CON COSTRONES DE
PAN
TERNERA EN SALSA
FRUTA

29

PAELLA ALICANTINA
FILETE DE PALOMETA AL HORNO
YOGUR DESNATADO

30

LENTEJAS CON JUDÍAS VERDES
LOMO A LA PLANCHA
TOMATE ALIÑADO
FRUTA

□

□



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

QUIÉN ES ANGEL LEÓN?

El Chef del mar es reconocido internacionalmente por su alta gastronomía basada en la proteína marina. Cuenta con 3 estrellas Michelin gracias a las propuestas innovadoras que ofrece en el restaurante Aponiente.



FISH REVOLUTION

Ángel León se ha unido a Scolarest en un proyecto de I+D Gastronómico para fomentar el consumo de proteína marina en la alimentación de los niños y las niñas. Tus hijos disfrutarán una vez al mes de una receta 3 estrellas Michelin.



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

TE TRAEMOS UNA REVOLUCIÓN CONCEPTUAL

Scolarest y Ángel León tenemos en común el mismo objetivo: hacer felices a los niños que se alimentan cada día en nuestros comedores escolares, acercándoles el pescado presentándolo con nuevas texturas, sabores y formatos atractivos. Los niños y niñas disfrutarán de una experiencia de alta gastronomía sin salir de su centro escolar.



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
Huevos	→	Pescado o carne magra
Fruta	→	Lácteos o fruta
Lácteos	→	Fruta

Notas:

Scolarest