

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

□

□

□

□

□

□

8

LENTEJAS GUIADAS CON ZANAHORIA  
CROQUETAS DE JAMÓN (SIN ALÉRGENOS)  
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA  
YOGUR DE SOJA

9

CODITOS DE PASTA SIN GLUTEN NI HUEVO 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 DE SOJA

14

ENSALADA DE PASTA (SIN GLUTEN Y SIN  
HUEVO) CON MAÍZ Y TOMATE  
LOMO A LA PLANCHA  
ENSALADA VERDE  
FRUTA

15

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN  
GARBANZOS CON BOLOÑESA VEGETAL  
YOGUR DE SOJA

16

CREMA DE GUISANTES  
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 DE SOJA

21

LENTEJAS ESTOFADAS  
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 DE SOJA

23

CREMA DE PUERROS  
FILETE DE TERNERA A LA PLANCHA  
PISTO  
FRUTA

24

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN  
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS,  
MORCILLO, CHORIZO, PATATA Y ZANAHORIAS  
FRUTA

25

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

28

CREMA DE VERDURAS  
TERNERA EN SALSA  
FRUTA

29

PAELLA ALICANTINA  
FILETE DE PALOMETA AL HORNO  
YOGUR DE SOJA

30

LENTEJAS CON JUDÍAS VERDES  
TIRAS DE LOMO DE CERDO NATURAL FRITAS  
CON MAIZENA  
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