

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



8 799 Kcal. P.: 13 HC.: 45 L.: 38 G.: 8

**LENTEJAS GUIADAS CON ZANAHORIA**  
LENTIL AND CARROT STEW  
**CROQUETAS**  
CROQUETTES  
**LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA**  
LETTUCE AND SHREDDED CARROT  
**HELADO**  
ICE CREAM

9 760 Kcal. P.: 17 HC.: 45 L.: 36 G.: 6

**MACARRONES A LA CARBONARA**  
MACARONI CARBONARA  
**FILETE DE ABADEJO REBOZADO**  
BATTERED HADDOCK FILLET  
**TOMATE NATURAL**  
FRESH TOMATO  
**FRUTA**  
FRUIT

10 753 Kcal. P.: 13 HC.: 43 L.: 42 G.: 11

**ARROZ CON TOMATE**  
RICE WITH TOMATO SAUCE  
**TORTILLA DE QUESO**  
CHEESE OMELETTE  
**LECHUGA Y CEBOLLA**  
LETTUCE AND ONION  
**FRUTA**  
FRUIT

11 599 Kcal. P.: 23 HC.: 27 L.: 48 G.: 11

**CREMA DE CALABACÍN**  
CREAM OF COURGETTE SOUP  
**MAGRO DE CERDO**  
PORK STEW  
**ENSALADA CON BROTES DE JUDIA**  
MUNG BEAN SPROUT SALAD  
**YOGUR**  
YOGHURT

14 618 Kcal. P.: 15 HC.: 42 L.: 41 G.: 8

**ENSALADA DE PASTA TRICOLOR**  
TRICOLOR PASTA SALAD  
**TORTILLA DE JAMÓN YORK**  
HAM OMELETTE  
**ENSALADA VERDE**  
GREEN SALAD  
**FRUTA**  
FRUIT

15 586 Kcal. P.: 20 HC.: 49 L.: 27 G.: 6

**SOPA DE PICADILLO**  
PICADILLO SOUP WITH HAM, CHICKEN AND NOODLES WITH PASTA STARS  
**GARBANZOS CON BOLOÑESA VEGETAL**  
CHICKPEAS & VEGETARIAN BOLOGNESE  
**YOGUR**  
YOGHURT

16 659 Kcal. P.: 14 HC.: 38 L.: 45 G.: 12

**CREMA DE GUIANTES CON PICATOSTES**  
CREAM OF GREEN PEAS SOUP WITH CROUTONS  
**ALBÓNDIGAS CON CHAMPIÑONES**  
MEATBALLS WITH MUSHROOMS  
**FRUTA**  
FRUIT

17 589 Kcal. P.: 15 HC.: 57 L.: 26 G.: 4

**ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS**  
PAELLA WITH VEGETABLES  
**FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON SALSA MERY**  
BAKED HAKE FILLET WITH MERY SAUCE  
**LECHUGA Y TOMATE**  
LETTUCE AND TOMATO  
**FRUTA**  
FRUIT

18 867 Kcal. P.: 21 HC.: 32 L.: 43 G.: 10

**ALUBIAS BLANCAS GUIADAS CON ZANAHORIA**  
HARICOT BEANS AND CARROT STEW  
**PECHUGA EMPANADA**  
BREADED CHICKEN BREAST  
**TOMATE ALIÑADO**  
TOMATO  
**HELADO**  
ICE CREAM

21 609 Kcal. P.: 19 HC.: 39 L.: 37 G.: 7

**LENTEJAS ESTOFADAS**  
LENTIL STEW  
**TORTILLA DE CALABACÍN**  
COURGETTE OMELETTE  
**LECHUGA Y CEBOLLA**  
LETTUCE AND ONION  
**FRUTA**  
FRUIT

22 613 Kcal. P.: 29 HC.: 29 L.: 41 G.: 13

**ENSALADA DE PATATAS, HUEVO Y MAÍZ**  
POTATOES SALAD WITH EGG AND SWEETCORN  
**CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO CON MANZANA**  
ROAST CHICKEN WITH BAKED APPLE  
**YOGUR**  
YOGHURT

23 511 Kcal. P.: 19 HC.: 32 L.: 46 G.: 13

**CREMA DE PUERROS**  
CREAM OF LEEK SOUP  
**HAMBURGUESA DE TERNERA CLASICA HORNEADA**  
CLASSIC BURGHER WITH RATATOUILLE  
**FRUTA**  
FRUIT

24 652 Kcal. P.: 18 HC.: 45 L.: 33 G.: 11

**SOPA DE COCIDO**  
TRADITIONAL SPANISH 'COCIDO' STEW WITH CHICKEN AND VEGETABLES  
**COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, MORCILLO, CHORIZO, PATATA Y ZANAHORIAS**  
CHICKPEAS, MEAT, SAUSAGE, POTATO & CARROTS STEW  
**FRUTA**  
FRUIT

25 770 Kcal. P.: 13 HC.: 46 L.: 40 G.: 9

**ARROZ AL CURRY**  
CURRIED RICE  
**MEDALLÓN DE BACALAO ANDALUZA**  
ANDALUSIAN STYLE COD MEDALLION  
**LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA**  
LETTUCE AND SHREDDED CARROT  
**HELADO**  
ICE CREAM

28 552 Kcal. P.: 13 HC.: 55 L.: 28 G.: 8

**CREMA DE VERDURAS CON COSTRONES DE PAN**  
CREAM OF VEGETABLE SOUP WITH CROUTONS  
**CANELONES CON BECHAMEL Y QUESO**  
CANNELONI WITH BECHAMEL AND CHEESE  
**FRUTA**  
FRUIT

29 680 Kcal. P.: 17 HC.: 51 L.: 30 G.: 8

**PAELLA ALICANTINA**  
ALACANT PAELLA  
**FILETE DE PALOMETA AL HORNO**  
BAKED FISH FILLET  
**HELADO VAINILLA**  
ICE CREAM

30 761 Kcal. P.: 11 HC.: 42 L.: 42 G.: 6

**LENTEJAS CON JUDÍAS VERDES**  
LENTILS WITH GREEN BEANS  
**EMPANADO DE JAMON Y QUESO**  
BREADED HAM AND CHEESE  
**TOMATE ALIÑADO**  
TOMATO  
**FRUTA**  
FRUIT



Scolarest me propuso cambiar la forma de alimentar de los niños y niñas y acercarlos 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