

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

2

NO LECTIU

3

709 Kcal. P.: 15 HC.: 36 L.: 47 G.: 9

SOPA DE LLETRES  
CORDON BLEU  
AMANIDA MIXTA  
FRUITA

4

803 Kcal. P.: 12 HC.: 44 L.: 42 G.: 7

PAELLA MIXTA AMB ALL I OLI  
TRUITA DE CARBASSÓ I PATATA  
AMANIDA VERDA  
FRUITA

5

726 Kcal. P.: 21 HC.: 40 L.: 35 G.: 7

CUINAT DE CIURONS AMB XORIÇ  
POLLASTRE AMB LLIMONA  
ARRÒS INTEGRAL  
FRUITA

6

793 Kcal. P.: 20 HC.: 44 L.: 34 G.: 7

MACARRONS AMB VERDURES I TOMÀTIGA  
SALMÓ AMB TARONJA  
PATATA BULLIDA

9

856 Kcal. P.: 9 HC.: 44 L.: 46 G.: 8

SOPA AMB OU PICAT  
PIZZA DE CUIXOT DOLÇ  
FRUITA

10

670 Kcal. P.: 17 HC.: 52 L.: 30 G.: 6

ESPAGUETIS A LA CARBONARA  
FILET DE LLUÇ AL FORN  
AMANIDA (AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀTIGA)  
FLAM

11

756 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 34 G.: 10

LLENTIES AMB VERDURES  
PILOTES A LA JARDINERA  
FRUITA

12

598 Kcal. P.: 22 HC.: 45 L.: 31 G.: 9

CREMA DE VERDURES  
PITERA D'ENDIOT AMB SALSA CURRY  
ARRÒS BLANC  
GELAT DE XOCOLATA

13

714 Kcal. P.: 16 HC.: 41 L.: 38 G.: 7

ARRÒS DE MARISC  
TRUITA DE PATATES  
ENCIAM I COGOMBRE  
FRUITA

16

503 Kcal. P.: 15 HC.: 50 L.: 31 G.: 4

CREMA DE CARBASSA  
CALAMARS AMB SALSA  
PATATES  
FRUITA

17

682 Kcal. P.: 20 HC.: 32 L.: 44 G.: 14

FABADA ASTURIANA  
TRUITA DE FORMATGE  
AMANIDA MIXTA  
FRUITA

18

644 Kcal. P.: 16 HC.: 53 L.: 28 G.: 6

ARRÒS A LA BOLONYESA  
LLUÇ AL FORN SOBRE LLIT DE VERDURES  
FRUITA

19

849 Kcal. P.: 15 HC.: 34 L.: 49 G.: 13

ESPIRALS A LA MARINERA  
ESCALOPINS DE LLOM AMB CEBA  
PATATES FREGIDES  
IOGURT

20

622 Kcal. P.: 9 HC.: 50 L.: 38 G.: 5

SOPA DE PEIX  
CROQUETES DE BACALLÀ  
ENCIAM, TOMÀTIGA I BLAT DE MORO  
FRUITA

23

701 Kcal. P.: 18 HC.: 43 L.: 37 G.: 6

MACARRONS AMB PESTO  
FILET DE BACALLÀ AL FORN  
PEBRES  
FRUITA

24

401 Kcal. P.: 35 HC.: 44 L.: 19 G.: 7

SOPA DE PICADILLO AMB OU  
ESTOFAT D'ENDIOT  
IOGURT

25

738 Kcal. P.: 12 HC.: 48 L.: 36 G.: 5

CIURONS CUINATS  
CROQUETES DE PERNIL  
ENCIAM I BROTS DE MONGETES  
FRUITA

26

810 Kcal. P.: 11 HC.: 46 L.: 42 G.: 12

ARRÒS BRUT  
SALSITXES FRESQUES AL FORN  
PATATES FREGIDES  
FRUITA

27

529 Kcal. P.: 16 HC.: 34 L.: 47 G.: 8

CREMA DE PÈSOLS  
FAJITAS RELLENES DE TONYINA I OU  
AMANIDA  
FRUITA

30

388 Kcal. P.: 23 HC.: 67 L.: 6 G.: 1

SOPA D'ESTELS  
RAP AMB SALSA  
VERDURES  
FRUITA

31

870 Kcal. P.: 15 HC.: 46 L.: 36 G.: 9

CREMA DE CARBASSA  
HAMBURGUESA COMPLETA  
PATATES FREGIDES  
FRUITA



Scolarest em va proposar canviar la forma d'alimentar als nens i nenes i apropar-los al mar, fer conegut allò desconegut i els seus beneficis. No vaig poder fer una altra cosa que comprometre'm amb el repte i posar-me a treballar, treballar per ells i treballar amb el mar.

**SCOLAREST**  
amb les famílies



## QUI ÉS L'ÀNGEL LEÓN?

El Xef del restaurant Aponiente amb 3 estrelles Michelin, és un dels cuiners de major prestigi internacional. La seva passió i afecte pel mar l'han portat a crear innovadors projectes basats en la proteïna marina.



## FISH REVOLUTION



Amb l'objectiu de millorar l'alimentació dels nostres petits, L'Àngel León s'ha unit a Scolarest en un innovador projecte de I+D Gastronòmic per fomentar el consum de proteïna marina.

El xef ha buscat eines per fer nous productes exclusius que millorin l'alimentació dels nostres nens i nenes



## VOLS SABER EN QUÈ MILLOREM?

En elaboracions culinàries que aporten Omega 3, proteïnes, vitamines i minerals en elevats percentatges i evitant el màxim possible l'ús de conservants i colorants

No substituïm la ració de peix, la complementem!



## COMPLETA AMB UN ADEQUAT

### menú de Sopar



## BUSQUEM UNA REVOLUCIÓ CONCEPTUAL

Scolarest i l'Àngel León volem apropar el peix d'una forma divertida i coneguda, que no produeixi rebuig i afavoreixi la seva inclusió. La finalitat bàsica d'aquest projecte és que els nostres nens mengin més proteïna marina de manera normalitzada, sense modificar els seus hàbits ni les seves rutines alimentàries, aquesta és la gran clau.



SI hem dinat:	Podem Sopar:
Cereals, fècules o llegums	Hortalisses crues o llegums cuites
Verdures	Cereals o fècules
Carn	Peix o ou
Peix	Carn magra o ou
Ou	Peix o carn magra
Fruita	Lactis o fruita
Lactis	Fruita

Notes:

