

**DILLUNS**

**DIMARTS**

**DIMECRES**

**DIJOUS**

**DIVENDRES**

2

ARRÒS AMB TOMÀQUET I ORENGA  
MEDALLÓ DE LLUÇ A LA PLANXA  
FRUITA

B: IOGURT, FRUITA I GALETES

3

CREMA DE PÈSOLS  
SALSITXES AL FORN  
IOGURT

B: PA AMB FORMATGE I AIGUA

4

MACARRONS AMB TOMÀQUET  
POLLASTRE ROSTIT AMB FARIGOLA  
FRUITA

B: IOGURT, FRUITA I GALETES

5

SOPA D'AU AMB PASTA  
HAMBURGUESA DE VEDELLA A LA  
PLANXA  
IOGURT

B: PA AMB PERNIL I AIGUA

6

MINISTRA DE VERDURES  
TRUITA DE PATATES  
FRUITA

B: PA DE PESSIC AMB XOCOLATA I AIGUA

9

MONGETES TENDRES SALTEJADES  
BACALLÀ ORLY  
FRUITA

B: IOGURT, FRUITA I GALETES

10

PAELLA VALENCIANA (AMB VERDURES,  
CARN MAGRA I POLLASTRE)  
HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA  
PLANXA  
IOGURT

B: PA AMB FORMATGE I AIGUA

11

CIGRONS ESTOFATS  
FILET DE PORC A LA PLANXA  
FRUITA

B: IOGURT, FRUITA I GALETES

12

ESPIRALS TRICOLOR AMB SOFREGIT DE  
TOMÀQUET NATURAL I ORENGA  
FILET DE LLUÇ AL FORN  
IOGURT

B: PA AMB PERNIL I AIGUA

13

CREMA DE VERDURES AMB CROSTONETS  
DE PA  
CONTRACUIXA DE POLLASTRE AMB  
ALLADA  
FRUITA

B: PA DE PESSIC AMB XOCOLATA I AIGUA

16

LLENTIES ESTOFADES  
TRUITA DE CARBASSÓ I PATATA  
FRUITA

B: IOGURT, FRUITA I GALETES

17

CREMA DE PASTANAGA  
MANDONGUILLES AMB SALSITA  
IOGURT

B: PA AMB FORMATGE I AIGUA

18

SOPA DE "COCIDO"  
CARN D'OLLA  
FRUITA

B: IOGURT, FRUITA I GALETES

19

ARRÒS A LA CASSOLA AMB VERDURES  
ABADEJO ADOBAT  
IOGURT

B: PA AMB PERNIL I AIGUA

20

**DIA UNIVERSAL DE L'INFANT**  
MACARRONS SALTEJATS  
PIT DE POLLASTRE AMB DISFRESSA DE  
PIZZA  
FRUITA

B: PA DE PESSIC AMB XOCOLATA I AIGUA

23

ARRÒS AMB TOMÀQUET NATURAL I  
OLIVES NEGRES  
MEDALLÓ DE BACALLÀ A LA PLANXA  
AMB SOFREGIT D'ALL  
FRUITA

B: IOGURT, FRUITA I GALETES

24

MONGETES TENDRES AMB PATATES I  
PASTANAGA  
CROQUETES  
IOGURT

B: PA AMB FORMATGE I AIGUA

25

LLAÇOS AMB TOMÀQUET  
CONTRACUIXA DE POLLASTRE AL FORN  
AMB POMA  
FRUITA

B: IOGURT, FRUITA I GALETES

26

MONGETES BLANQUES I PATATA  
BULLIDA AMB OLI D'OLIVA  
BOTIFARRA  
IOGURT

B: PA AMB PERNIL I AIGUA

27

SOPA D'AU AMB PASTA  
ESCALOPE DE VEDELLA  
FRUITA

B: PA DE PESSIC AMB XOCOLATA I AIGUA

30

MACARRONS AMB CREMA  
D'ALFÀBREGA  
HAMBURGUESA DE VEDELLA A LA  
PLANXA  
FRUITA

B: IOGURT, FRUITA I GALETES



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



Aigua



Oli d'oliva

Vegetals crus o bullits



Proteïna (carn, peix, ous o llegums)



Juga amb els colors de les fruites i verdures



Fruites i lactis

Hidrats de carboni



## 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:

Cereals, fècules o llegums  
Verdures  
Carn  
Peix  
Ou  
Fruita  
Lactis

### Podem Sopar:

Hortalisses crues o llegums cuites  
Cereals o fècules  
Peix o ou  
Carn magra o ou  
Peix o carn magra  
Lactis o fruita  
Fruita

Notes: