

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

2

FESTIVO

3

497 Kcal. P.: 18 HC.: 49 L.: 30 G.: 10

CREMA DE GUISANTES CON PICATOSTES
CREAM OF GREEN PEAS SOUP WITH CROUTONS
LASAÑA DE CARNE CON QUESO PARMESANO GRATINADO
MEAT LASAGNA WITH CHEESE AU GRATIN
YOGUR
YOGHURT

4

625 Kcal. P.: 12 HC.: 54 L.: 33 G.: 4

ARROZ CON TOMATE Y ORÉGANO
RICE WITH TOMATO SAUCE AND OREGANO
MEDALLÓN DE MERLUZA A LA PLANCHA CON SOFRITO DE AJO Y PIMENTÓN DULCE
GRILLED HAKE FILLET WITH GARLIC AND PAPRIKA
LECHUGA Y OLIVAS
LETTUCE AND OLIVES
FRUTA
FRUIT

5

682 Kcal. P.: 17 HC.: 45 L.: 35 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

6

650 Kcal. P.: 27 HC.: 26 L.: 44 G.: 13

BRÓCOLI GRATINADO CON QUESO EDAM
BROCCOLI AU GRATIN WITH CHEESE EDAM
POLLO ASADO CON TOMILLO
ROAST CHICKEN WITH THYME
LECHUGA Y MAÍZ
LETTUCE AND SWEETCORN
FRUTA
FRUIT

9

FESTIVO

10

668 Kcal. P.: 6 HC.: 39 L.: 51 G.: 8

JUDÍAS VERDES REHOGADAS CON PIMENTÓN
GREEN BEANS WITH OLIVE OIL AND PAPRIKA
EMPANADO DE AVE Y QUESO
BREADED HAM AND CHEESE
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
LETTUCE AND SHREDDED CARROT
FRUTA
FRUIT

11

720 Kcal. P.: 19 HC.: 45 L.: 34 G.: 5

ESPIRALES TRICOLOR CON SOFRITO DE TOMATE NATURAL Y ORÉGANO
TRICOLOR FUSILLI WITH FRESH TOMATO AND OREGANO SAUCE
SALMÓN A LA NARANJA
SALMON IN ORANGE SAUCE
LECHUGA
LETTUCE
FRUTA
FRUIT

12

672 Kcal. P.: 13 HC.: 50 L.: 35 G.: 8

PAELLA VALENCIANA (CON VERDURAS, MAGRO Y POLLO)
VALENCIAN PAELLA (WITH PEAS, PORK AND CHICKEN)
TORTILLA DE QUESO CON CEBOLINO
CHEESE AND CHIVE OMELETTE
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
LETTUCE AND TOMATO SALAD
FRUTA
FRUIT

13

637 Kcal. P.: 17 HC.: 50 L.: 28 G.: 5

CREMA DE VERDURAS CON COSTRONES DE PAN
CREAM OF VEGETABLE SOUP WITH CROUTONS
GARBANZOS CON BOLONESA VEGETAL
CHICKPEAS & VEGETARIAN BOLOGNESE
YOGUR
YOGHURT

16

619 Kcal. P.: 20 HC.: 43 L.: 31 G.: 6

CURRY SUAVE DE LENTEJAS ESTOFADAS
LENTIL CURRY
HUEVOS ROTOS CLASICOS, PATATAS Y JAMON SERRANO
CLASSICS EGGS BROKEN, POTATOES AND HAM
FRUTA
FRUIT

17

600 Kcal. P.: 14 HC.: 43 L.: 40 G.: 12

CREMA DE ZANAHORIAS
CREAM OF CARROTS SOUP
ALBÓNDIGAS EN SALSA CON PATATAS DADO
MEATBALLS IN SAUCE WITH DICED POTATOES
FRUTA
FRUIT

18

750 Kcal. P.: 14 HC.: 51 L.: 33 G.: 4

ARROZ A LA CAZUELA CON VERDURAS
RICE WITH VEGETABLES
ABADEJO EN ADOBO
MARINATED FISH
ENSALADA VERDE
GREEN SALAD
FRUTA
FRUIT

19

592 Kcal. P.: 18 HC.: 67 L.: 11 G.: 3

SOPA DE COCIDO
TRADITIONAL SPANISH 'COCIDO' STEW WITH CHICKEN AND VEGETABLES
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, ZANAHORIA, PATATA Y REPOLLO
CHICKPEAS, CHICKEN, CARROTS, POTATO & CABBAGE STEW
FRUTA
FRUIT

20

691 Kcal. P.: 21 HC.: 46 L.: 31 G.: 7

DÍA UNIVERSAL DEL NIÑO
MACARRONES SALTEADOS
MACARONI WITH OLIVE OIL
PECHUGA DE POLLO EN DISFRAZ DE PIZZA
CHICKEN BREAST IN PIZZA COSTUME
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
LETTUCE AND SHREDDED CARROT
GELATINA DE FRESA
STRAWBERRY GELATIN

23

626 Kcal. P.: 14 HC.: 54 L.: 30 G.: 4

ARROZ CON TOMATE Y ORÉGANO
RICE WITH TOMATO SAUCE AND OREGANO
MEDALLÓN DE BACALAO A LA PLANCHA CON SOFRITO DE AJO
GRILLED COD WITH GARLIC
LECHUGA Y CEBOLLA
LETTUCE AND ONION
FRUTA
FRUIT

24

699 Kcal. P.: 14 HC.: 47 L.: 32 G.: 4

ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS
HARICOT BEANS WITH VEGETABLES
CROQUETAS ARTESANAS DE POLLO
HOME-STYLE CHICKEN CROQUETTES
LECHUGA Y OLIVAS
LETTUCE AND OLIVES
FRUTA
FRUIT

25

621 Kcal. P.: 16 HC.: 44 L.: 39 G.: 10

ESPIRALES A LA CARBONARA
PASTA SPIRALS CARBONARA
HUEVOS CON PISTO EXTREMEÑO
EGGS WITH RATATOUILLE
YOGUR
YOGHURT

26

615 Kcal. P.: 25 HC.: 30 L.: 42 G.: 11

JUDÍAS VERDES CON PATATAS Y ZANAHORIA
GREEN BEANS WITH POTATOES AND CARROTS
CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO CON MANZANA
ROAST CHICKEN WITH BAKED APPLE
FRUTA
FRUIT

27

599 Kcal. P.: 18 HC.: 38 L.: 42 G.: 13

SOPA DE AVE CON PASTA
CHICKEN PASTA SOUP
MAGRA DE CERDO AL HORNO EN SU JUGO
BAKED PORK LOIN IN SAUCE
LECHUGA Y JUDIA BROTE
LETTUCE AND MUNG BEAN
FRUTA
FRUIT

30

700 Kcal. P.: 18 HC.: 49 L.: 31 G.: 10

MACARRONES CON CREMOSA DE ALBAHACA
MACARONI WITH CREAMY BASIL SAUCE
HAMBURGUESA DE TERNERA CON CEBOLLA CARAMELIZADA
BEEF BURGER WITH CARMELISED ONION
FRUTA
FRUIT



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