

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



9 696 Kcal. P.: 19 HC.: 46 L.: 33 G.: 7

ESPAQUETIS (INTEGRALES) A LA CARBONARA DE COLIFLOR
SPAGHETTI (WHOLEMEAL) WITH CAULIFLOWER CARBONARA

TEMPURA CRUJIENTE DE ABADEJO
CRISPY TEMPURA OF POLLOCK

TOMATE NATURAL
FRESH TOMATO

FRUTA
FRUIT

10 666 Kcal. P.: 11 HC.: 49 L.: 38 G.: 8

PIPIRRANA CON ARROZ INTEGRAL, TOMATE Y OLIVAS
PIPIRRANA WITH BROWN RICE, TOMATO AND OLIVES

REVUELTO DE MOZZARELLA Y ENELDO
SCRAMBLED MOZZARELLA AND DILL

LECHUGA Y CEBOLLA
LETTUCE AND ONION

FRUTA
FRUIT

11 512 Kcal. P.: 23 HC.: 29 L.: 47 G.: 12

CREMA DE CALABACÍN (ECOLÓGICO)
CREAM OF ORGANIC COURGETTE SOUP

STROGONOFF DE CERDO Y SETAS
PORK AND MUSHROOM STROGONOFF

ENSALADA CON BROTES DE JUDIA
MUNG BEAN SPROUT SALAD

YOGUR
YOGHURT

16 719 Kcal. P.: 14 HC.: 36 L.: 48 G.: 15

CREMA DE GUISANTES CON PICATOSTES
CREAM OF GREEN PEAS SOUP WITH CROUTONS

ALBÓNDIGAS CON CHAMPIÑONES
MEATBALLS WITH MUSHROOMS

HELADO
ICE CREAM

17 758 Kcal. P.: 25 HC.: 29 L.: 41 G.: 10

JUDIAS BLANCAS ECOLÓGICAS ESTOFADAS CON QUINOA (ECOLÓGICA)
HARICOT BEANS (ECOLOGICAL) WITH QUINOA (ECOLOGICAL)

POLLO ASADO AL ESTILO CAJUN
CAJUN ROASTED CHICKEN

LECHUGA Y TOMATE
LETTUCE AND TOMATO

FRUTA
FRUIT

18 596 Kcal. P.: 15 HC.: 57 L.: 25 G.: 4

ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS
PAELLA WITH VEGETABLES

FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON SALSA MERY
BAKED HAKE FILLET WITH MERY SAUCE

TOMATE ALIÑADO
TOMATO

FRUTA
FRUIT

23 517 Kcal. P.: 22 HC.: 28 L.: 47 G.: 15

CREMA DE PUERROS
CREAM OF LEEK SOUP

HAMBURGUESA DE TERNERA PREMIUM HORNEADA CON PISTO MANCHEGO
PREMIUM BURGUER WITH RATATOUILLE

YOGUR
YOGHURT

24 654 Kcal. P.: 18 HC.: 46 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

25 710 Kcal. P.: 13 HC.: 49 L.: 36 G.: 6

ARROZ AL CURRY
CURRIED RICE

MEDALLÓN DE BACALAO ANDALUZA
ANDALUSIAN STYLE COD MEDALLION

LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
LETTUCE AND SHREDDED CARROT

FRUTA
FRUIT

30 662 Kcal. P.: 29 HC.: 40 L.: 26 G.: 6

LENTEJAS CON JUDIAS VERDES Y JAMON
LENTILS WITH GREEN BEANS AND HAM

ESTOFADO DE TERNERA JARDINERA CON VERDURITAS Y PATATAS A DADOS
BEEF AND VEGETABLES STEW

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



NOTAS: Leyenda: Kcal.: Kilocalorías (Energía) / P: Proteínas / H: Hidratos de Carbono / L: Lípidos / G: ácidos Grasos saturados. Valores de nutrientes expresados en % sobre energía total. Aportes calóricos teóricos calculados para niños/as de 6 a 9 años. Los días de postre fruta se complementará opcionalmente el menú con un vaso de leche (aporte nutricional 47,6 Kcal. 3.5g P, 4.8 g HC, 1,6 g L, 1,6 G). Nuestros menús incluyen PAN BLANCO E INTEGRAL y la bebida será AGUA.

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