

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

2

FESTIVO

3

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

CREMA DE GUI SANTES 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

757 Kcal. P.: 11 HC.: 52 L.: 35 G.: 5

ARROZ CON TOMATE Y ORÉGANO  
RICE WITH TOMATO SAUCE Y OREGANO  
MEDALLON DE MERLUZA EMPANADO  
BREADED HAKE MEDALLION  
LECHUGA Y OLIVAS  
LETTUCE AND OLIVES  
FRUTA  
FRUIT

5

731 Kcal. P.: 18 HC.: 45 L.: 35 G.: 12

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  
LÁCTEO  
MILK DESSERT

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

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

10

855 Kcal. P.: 25 HC.: 26 L.: 47 G.: 12

SOPA DE LETRAS  
PASTA LETTER SOUP  
JAMONCITOS DE POLLO AL LIMÓN  
LEMON CHICKEN  
PATATAS FRITAS  
FRENCH FRIES  
YOGUR  
YOGHURT

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 CEBOLLINO  
CHEESE AND CHIVE OMELETTE  
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE  
LETTUCE AND TOMATO SALAD  
FRUTA  
FRUIT

13

650 Kcal. P.: 18 HC.: 49 L.: 28 G.: 7

CREMA DE VERDURAS CON COSTRONES DE PAN  
CREAM OF VEGETABLE SOUP WITH CROUTONS  
GARBANZOS A LA BOLONESA  
CHICKPEA BOLOGNESE  
YOGUR  
YOGHURT

16

792 Kcal. P.: 16 HC.: 36 L.: 44 G.: 8

LENTEJAS ESTOFADAS  
LENTIL STEW  
HUEVOS REVUELTOS CON JAMÓN  
SCRAMBLED EGGS WITH HAM  
PATATAS FRITAS  
FRENCH FRIES  
FRUTA  
FRUIT

17

599 Kcal. P.: 16 HC.: 37 L.: 45 G.: 15

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

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 Y OREGANO  
MEDALLÓN DE BACALAO A LA PLANCHA CON  
SOFRITO DE AJO  
GRILLED COD WITH GARLIC  
LECHUGA Y CEBOLLA  
LETTUCE AND ONION  
FRUTA  
FRUIT

24

697 Kcal. P.: 17 HC.: 42 L.: 35 G.: 7

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

25

683 Kcal. P.: 14 HC.: 45 L.: 39 G.: 8

ESPIRALES A LA CARBONARA  
PASTA SPIRALS CARBONARA  
TORTILLA DE JAMÓN YORK  
HAM OMELETTE  
LECHUGA Y TOMATE  
LETTUCE AND TOMATO  
FRUTA  
FRUIT

26

664 Kcal. P.: 25 HC.: 31 L.: 42 G.: 12

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

27

596 Kcal. P.: 22 HC.: 46 L.: 29 G.: 7

SOPA DE AVE CON PASTA  
CHICKEN PASTA SOUP  
MAGRO DE CERDO CON TOMATE Y PATATAS DADO  
PORK WITH TOMATO AND DICED POTATOES STEW  
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 CARAMELISED 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