

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

□

□

□

1

2

5

6

7

8

9

12

13

14

15

16

19

20

21

22

23

26

27

28

29

30

583 Kcal. P.: 21 HC.: 36 L.: 38 G.: 9
LENTEJAS ESTOFADAS
LENTIL STEW
HUEVOS CON PISTO EXTREÑO
EGGS WITH RATATOUILLE
YOGUR
YOGHURT

641 Kcal. P.: 26 HC.: 36 L.: 35 G.: 10
CREMA DE BROCOLI Y VIRUTAS DE JAMON
CREAM OF BROCCOLI AND HAM
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO
ROAST CHICKEN THIGH
ARROZ BLANCO
WHITE RICE
FRUTA
FRUIT

582 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

804 Kcal. P.: 18 HC.: 43 L.: 38 G.: 7
ARROZ TRES DELICIAS
CHINESE FRIED RICE
FILETE DE ABADEJO ENHARINADO
FLOURED FISH FILLET
ENSALADA VERDE
GREEN SALAD
YOGUR
YOGHURT

802 Kcal. P.: 15 HC.: 44 L.: 39 G.: 12
MACARRONES A LA NAPONITANA
NAPOLITANA STYLE MACARONI
ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA CON GUISANTES, ZANAHORIA, Y PATATA
MEATBALLS WITH VEGETABLES
FRUTA
FRUIT

FESTIVO

636 Kcal. P.: 7 HC.: 42 L.: 48 G.: 8
DÍA MUNDIAL DE LA ALIMENTACIÓN
"SUCCOTASH" DE MAÍZ, CALABAZA Y GUISANTES
CORN, PUMPKIN AND PEAS "SUCCOTASH"
CROQUETAS ARTESANAS DE JAMÓN
HAM CROQUETTES
LECHUGA Y TOMATE
LETTUCE AND TOMATO
FRUTA
FRUIT

881 Kcal. P.: 25 HC.: 34 L.: 39 G.: 12
CODITOS CON SOFRITO
PASTA WITH SAUCE
POLLO EN SALSA
CHICKEN IN SAUCE
ZANAHORIA EN RODAJAS
SLICED CARROTS
HELADO
ICE CREAM

727 Kcal. P.: 16 HC.: 38 L.: 40 G.: 7
ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS
HARICOT BEANS WITH VEGETABLES
TORTILLA DE PATATAS
SPANISH OMELETTE
TOMATE NATURAL EN RODAJAS
FRESH TOMATO SLICES
FRUTA
FRUIT

762 Kcal. P.: 14 HC.: 42 L.: 42 G.: 7
ARROZ CON TOMATE
RICE WITH TOMATO SAUCE
MEDALLÓN DE BACALAO ANDALUZA
ANDALUSIAN STYLE COD MEDALLION
LECHUGA Y CEBOLLA
LETTUCE AND ONION
YOGUR
YOGHURT

472 Kcal. P.: 17 HC.: 39 L.: 41 G.: 8
JUDÍAS VERDES REHOGADAS CON PIMENTÓN
GREEN BEANS WITH OLIVE OIL AND PAPRIKA
HUEVOS ROTOS CLASICOS, PATATAS Y JAMON SERRANO
CLASSICS EGGS BROKEN, POTATOES AND HAM
FRUTA
FRUIT

562 Kcal. P.: 15 HC.: 41 L.: 43 G.: 8
JORNADA CHEF DEL MAR - ANGEL LEON
CREMA DE CALABACÍN NATURAL CON PICATOSTES
CREAM OF COURGETTE WITH CROUTONS
TALLARINES DE MERLUZA CON SALSA DE TOMATE, ALBAHACA Y QUESO
HAKE NOODLES WITH TOMATO SAUCE, BASIL AND CHEESE
YOGUR
YOGHURT

814 Kcal. P.: 22 HC.: 37 L.: 38 G.: 10
MACARRONES CON QUESO Y OREGANO
MACARRONES WITH CHEESE AND ORIGAN
POLLO AL HORNO
CHICKEN ROAST
ENSALADA DE LECHUGA, REMOLACHA, ACEITUNAS Y MAÍZ
LETTUCE, BEETROOT, OLIVES AND SWEETCORN SALAD
FRUTA
FRUIT

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

659 Kcal. P.: 21 HC.: 48 L.: 29 G.: 6
ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS
PAELLA WITH VEGETABLES
PALOMETA CON AJITOS Y CEBOLLA EN SALSA DE TOMATE
OVEN-COOKED BREAM WITH TOMATO SAUCE, GARLIC AND ONIONS
ZANAHORIA RALLADA, ACEITUNAS VERDES Y MAÍZ
GRATED CARROT, OLIVES AND SWEETCORN
YOGUR
YOGHURT

806 Kcal. P.: 14 HC.: 32 L.: 52 G.: 11
PATATAS RIOJANAS GUIADAS CON CHORIZO
RIOJA STYLE POTATO STEW (WITH CHORIZO SAUSAGE AND RED PEPPERS)
FILETE DE POLLO EMPANADO
BREADED CHICKEN STEAK
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
LETTUCE AND TOMATO SALAD
YOGUR
YOGHURT

573 Kcal. P.: 19 HC.: 42 L.: 32 G.: 6
ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS
HARICOT BEANS WITH VEGETABLES
REVUELO MURCIANO CON HUEVO, CALABACÍN Y CEBOLLA
SCRAMBLED EGGS WITH COURGETTE, ONION AND POTATO
FRUTA
FRUIT

704 Kcal. P.: 14 HC.: 46 L.: 39 G.: 10
ARROZ ABANDA
SEAFOOD RICE WITH SQUID AND PRAWNS
BISTEC DE MAGRA FINAS HIERBAS
PORK LOIN STEAK WITH FINE HERBS
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
LETTUCE AND TOMATO SALAD
FRUTA
FRUIT

612 Kcal. P.: 19 HC.: 43 L.: 37 G.: 9
ESPIRALES A LA CARBONARA
PASTA SPIRALS CARBONARA
FILETE DE MERLUZA A LA MUSELINA DE AJO
HAKE FILLET WITH GARLIC MOUSSELINE
ENSALADA VERDE
GREEN SALAD
YOGUR
YOGHURT

693 Kcal. P.: 14 HC.: 40 L.: 44 G.: 11
MENÚ ESPECIAL DE HALLOWEEN
CREMA DE CALABAZA Y BONIATO
PUMPKIN AND SWEET POTATO CREAM
HAMBURGUESA DE TERNERA CON SALSA BARBACOA
BEEF BURGUER WITH BARBACUE SAUCE
PATATAS FRITAS
FRENCH FRIES
GELATINA DE FRESA
STRAWBERRY GELATIN



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



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

□

□

□

1

2

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
POLLO SALTEADO CON VERDURAS
YOGUR DE SABOR

PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON CARNE
TORTILLA DE ATÚN
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
FRUTA

5

6

7

8

9

LENTEJAS ESTOFADAS
HUEVOS CON PISTO EXTREMEÑO
YOGUR

CREMA DE BROCOLI Y VIRUTAS DE JAMON
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO
ARROZ BLANCO
FRUTA

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS,
POLLO, ZANAHORIA, PATATA Y REPOLLO
FRUTA

ARROZ CON MAÍZ Y ZANAHORIAS
FILETE DE ABADEJO AL HORNO
ENSALADA VERDE
YOGUR

CODITOS DE PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO
CON SALSA DE TOMATE CASERA
ALBONDIGAS DE TERNERA CON SALSA DE
MAIZENA
ARROZ BLANCO
FRUTA

12

13

14

15

16

FESTIVO

DÍA MUNDIAL DE LA ALIMENTACIÓN
"SUCCOTASH" DE MAÍZ, CALABAZA Y
GUISANTES
TIRAS DE LOMO DE CERDO NATURAL FRITAS
CON MAIZENA
LECHUGA Y TOMATE
FRUTA

PASTA (SIN GLUTEN Y SIN HUEVO) CON
SOFRITO DE VERDURAS (PIMIENTO, CEBOLLA Y
ZANAHORIA)
POLLO EN SALSA
ZANAHORIA EN RODAJAS
YOGUR DE SABOR

ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATAS
TOMATE NATURAL EN RODAJAS
FRUTA

ARROZ CON TOMATE
FILETE DE ABADEJO AL HORNO
LECHUGA Y CEBOLLA
YOGUR

19

20

21

22

23

JUDÍAS VERDES REHOGADAS CON
PIMENTÓN
HUEVOS ROTOS CLASICOS, PATATAS Y
JAMON SERRANO
FRUTA

**JORNADA CHEF DEL MAR - ANGEL
LEON**
CREMA DE CALABACÍN
TALLARINES DE MERLUZA CON SALSA DE
TOMATE, ALBAHACA Y QUESO
YOGUR

CODITOS DE PASTA SIN GLUTEN NI HUEVO AL
AJILLO
POLLO AL HORNO
ENSALADA DE LECHUGA, REMOLACHA,
ACEITUNAS Y MAÍZ
FRUTA

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS,
MORCILLO, CHORIZO, PATATA Y ZANAHORIAS
FRUTA

ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS
PALOMETA CON AJITOS Y CEBOLLA EN SALSA
DE TOMATE
ZANAHORIA RALLADA, ACEITUNAS VERDES Y
MAÍZ
YOGUR

26

27

28

29

30

PATATAS RIOJANAS GUIADAS CON
CHORIZO
FILETE DE POLLO A LA PLANCHA
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
YOGUR

ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS
REVUELTO MURCIANO CON HUEVO,
CALABACÍN Y CEBOLLA
FRUTA

ARROZ ABANDA
BISTEC DE MAGRA FINAS HIERBAS
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
FRUTA

CODITOS DE PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO
CON SALSA DE TOMATE CASERA
FILETE DE MERLUZA A LA MUSELINA DE AJO
ENSALADA VERDE
YOGUR

MENÚ ESPECIAL DE HALLOWEEN
CREMA DE CALABAZA Y BONIATO
HAMBURGUESA DE TERNERA CON SALSA
BARBACOA
PATATAS FRITAS
GELATINA DE FRESA



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

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

□

□

□

1

2

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
POLLO SALTEADO CON VERDURAS
YOGUR DE SABOR

PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON CARNE
FILETE DE MAGRA A LA PLANCHA
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
FRUTA

5

LENTEJAS ESTOFADAS
MAGRO EN SALSA DE TOMATE
YOGUR

6

CREMA DE BROCOLI Y VIRUTAS DE JAMON
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO
ARROZ BLANCO
FRUTA

7

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS,
POLLO, ZANAHORIA, PATATA Y REPOLLO
FRUTA

8

ARROZ CON MAÍZ Y ZANAHORIAS
FILETE DE ABADEJO ENHARINADO
ENSALADA VERDE
YOGUR

9

CODITOS DE PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO
CON SALSA DE TOMATE CASERA
ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA CON
GUISANTES, ZANAHORIA, Y PATATA
FRUTA



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.

12

FESTIVO

13

DÍA MUNDIAL DE LA ALIMENTACIÓN
"SUCCOTASH" DE MAÍZ, CALABAZA Y
GUISANTES
TIRAS DE LOMO DE CERDO NATURAL FRITAS
CON MAIZENA
LECHUGA Y TOMATE
FRUTA

14

PASTA (SIN GLUTEN Y SIN HUEVO) CON
SOFRITO DE VERDURAS (PIMIENTO, CEBOLLA Y
ZANAHORIA)
POLLO EN SALSA
ZANAHORIA EN RODAJAS
YOGUR DE SABOR

15

ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS
FILETE DE TERNERA A LA PLANCHA
TOMATE NATURAL EN RODAJAS
FRUTA

16

ARROZ CON TOMATE
FILETE DE ABADEJO AL HORNO
LECHUGA Y CEBOLLA
YOGUR

19

JUDÍAS VERDES REHOGADAS CON
PIMENTÓN
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA
FRUTA

20

JORNADA CHEF DEL MAR - ANGEL LEON
CREMA DE CALABACÍN NATURAL CON
PICATOSTES
FILETE DE MERLUZA CON TOMATE
YOGUR

21

CODITOS DE PASTA SIN GLUTEN NI HUEVO AL
AJILLO
POLLO AL HORNO
ENSALADA DE LECHUGA, REMOLACHA,
ACEITUNAS Y MAÍZ
FRUTA

22

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS,
MORCILLO, CHORIZO, PATATA Y ZANAHORIAS
FRUTA

23

ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS
PALOMETA CON AJITOS Y CEBOLLA EN SALSA
DE TOMATE
ZANAHORIA RALLADA, ACEITUNAS VERDES Y
MAÍZ
YOGUR

26

PATATAS RIOJANAS GUIADAS CON
CHORIZO
FILETE DE POLLO A LA PLANCHA
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
YOGUR

27

ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS
PECHUGA DE PAVO EN SALSA
FRUTA

28

ARROZ ABANDA
BISTEC DE MAGRA FINAS HIERBAS
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
FRUTA

29

CODITOS DE PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO
CON SALSA DE TOMATE CASERA
FILETE DE MERLUZA A LA MUSELINA DE AJO
ENSALADA VERDE
YOGUR

30

MENÚ ESPECIAL DE HALLOWEEN
CREMA DE CALABAZA Y BONIATO
HAMBURGUESA DE TERNERA CON SALSA
BARBACOA
PATATAS FRITAS
GELATINA DE FRESA

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

□

□

□

1

2

SOPA DE MENUDILLOS
POLLO SALTEADO CON VERDURAS
YOGUR DE SOJA

FIDEUÁ DE CARNE
TORTILLA DE ATÚN
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
FRUTA

5

LENTEJAS ESTOFADAS
HUEVOS CON PISTO EXTREMEÑO
YOGUR DE SOJA

6

CREMA DE BROCOLI Y VIRUTAS DE JAMON
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO
ARROZ BLANCO
FRUTA

7

SOPA DE COCIDO
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS,
POLLO, ZANAHORIA, PATATA Y REPOLLO
FRUTA

8

ARROZ TRES DELICIAS
FILETE DE ABADEJO ENHARINADO
ENSALADA VERDE
YOGUR DE SOJA

9

MACARRONES CON TOMATE
TERNERA EN SALSA
FRUTA



12

FESTIVO

13

DÍA MUNDIAL DE LA ALIMENTACIÓN
CREMA DE VERDURAS
TIRAS DE LOMO DE CERDO NATURAL FRITAS
CON MAIZENA
LECHUGA Y TOMATE
FRUTA

14

CODITOS CON SOFRITO
POLLO EN SALSA
ZANAHORIA EN RODAJAS
YOGUR DE SOJA

15

ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATAS
TOMATE NATURAL EN RODAJAS
FRUTA

16

ARROZ CON TOMATE
FILETE DE ABADEJO AL HORNO
LECHUGA Y CEBOLLA
YOGUR DE SOJA

19

JUDÍAS VERDES REHOGADAS CON
PIMENTÓN
HUEVOS ROTOS CLASICOS, PATATAS Y
JAMON SERRANO
FRUTA

20

JORNADA CHEF DEL MAR - ANGEL LEON
CREMA DE CALABACÍN NATURAL CON
PICATOSTES
FILETE DE MERLUZA CON TOMATE
YOGUR DE SOJA

21

MACARRONES AL AJILLO
POLLO AL HORNO
ENSALADA DE LECHUGA, REMOLACHA,
ACEITUNAS Y MAÍZ
FRUTA

22

SOPA DE COCIDO
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS,
MORCILLO, CHORIZO, PATATA Y ZANAHORIAS
FRUTA

23

ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS
PALOMETA CON AJITOS Y CEBOLLA EN SALSA
DE TOMATE
ZANAHORIA RALLADA, ACEITUNAS VERDES Y
MAÍZ
YOGUR DE SOJA

26

PATATAS RIOJANAS GUIADAS CON
CHORIZO
FILETE DE POLLO EMPANADO
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
YOGUR DE SOJA

27

ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS
REVUELTO MURCIANO CON HUEVO,
CALABACÍN Y CEBOLLA
FRUTA

28

ARROZ ABANDA
BISTEC DE MAGRA FINAS HIERBAS
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
FRUTA

29

ESPIRALES CON TOMATE
FILETE DE MERLUZA AL HORNO
ENSALADA VERDE
YOGUR DE SOJA

30

MENÚ ESPECIAL DE HALLOWEEN
CREMA DE CALABAZA Y BONIATO
FILETE DE TERNERA A LA PLANCHA
PATATAS FRITAS
YOGUR DE SOJA

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

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

□

□

□

1

2

SOPA DE MENUDILLOS
POLLO EN SALSA
YOGUR DE SABOR

FIDEUÁ DE CARNE
TORTILLA DE ATÚN
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
FRUTA

5

PATATAS CON PIMIENTOS
HUEVOS CON PISTO EXTREMEÑO
YOGUR

6

CREMA DE BROCOLI Y VIRUTAS DE JAMON
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO
ARROZ BLANCO
FRUTA

7

SOPA DE PASTA
COCIDO CON MORCILLO, PATATA Y REPOLLO
(SIN GARBANZOS)
FRUTA

8

ARROZ CON MAÍZ Y ZANAHORIAS
FILETE DE ABADEJO ENHARINADO
ENSALADA VERDE
YOGUR

9

MACARRONES A LA NAPOLITANA
TERNERA EN SALSA
FRUTA

12

FESTIVO

13

DÍA MUNDIAL DE LA ALIMENTACIÓN
CREMA DE VERDURAS
TIRAS DE LOMO DE CERDO NATURAL FRITAS
CON MAIZENA
LECHUGA Y TOMATE
FRUTA

14

CODITOS CON SOFRITO
POLLO EN SALSA
ZANAHORIA EN RODAJAS
YOGUR DE SABOR

15

COLIFLOR SALTEADA
TORTILLA DE PATATAS
TOMATE NATURAL EN RODAJAS
FRUTA

16

ARROZ CON TOMATE
MEDALLÓN DE BACALAO ANDALUZA
LECHUGA Y CEBOLLA
YOGUR

19

ESPINACAS REHOGADAS CON AJO
HUEVOS ROTOS CLASICOS, PATATAS Y
JAMON SERRANO
FRUTA

20

JORNADA CHEF DEL MAR - ANGEL LEON
CREMA DE CALABACÍN
FILETE DE MERLUZA CON TOMATE
YOGUR

21

MACARRONES CON QUESO Y OREGANO
POLLO AL HORNO
ENSALADA DE LECHUGA, REMOLACHA,
ACEITUNAS Y MAÍZ
FRUTA

22

SOPA DE PASTA
COCIDO CON MORCILLO, PATATA Y REPOLLO
(SIN GARBANZOS)
FRUTA

23

ARROZ CON VERDURAS
PALOMETA CON AJITOS Y CEBOLLA EN SALSA
DE TOMATE
ZANAHORIA RALLADA, ACEITUNAS VERDES Y
MAÍZ
YOGUR

26

PATATAS RIOJANAS GUIADAS CON
CHORIZO
FILETE DE POLLO EMPANADO
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
YOGUR

27

BRÓCOLI REHOGADO
REVUELTO MURCIANO CON HUEVO,
CALABACÍN Y CEBOLLA
FRUTA

28

ARROZ ABANDA
BISTEC DE MAGRA FINAS HIERBAS
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
FRUTA

29

ESPIRALES A LA CARBONARA
FILETE DE MERLUZA A LA MUSELINA DE AJO
ENSALADA VERDE
YOGUR

30

MENÚ ESPECIAL DE HALLOWEEN
CREMA DE CALABAZA Y BONIATO
FILETE DE TERNERA A LA PLANCHA
PATATAS FRITAS
GELATINA DE FRESA



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

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

□

□

□

1

2

SOPA DE MENUDILLOS
POLLO SALTEADO CON VERDURAS
HELADO

FIDEUÁ DE CARNE
TORTILLA FRANCESA
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
FRUTA

5

LENTEJAS ESTOFADAS
HUEVOS CON PISTO EXTREMEÑO
YOGUR

6

CREMA DE BROCOLI Y VIRUTAS DE JAMON
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO
ARROZ BLANCO
FRUTA

7

SOPA DE COCIDO
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS,
POLLO, ZANAHORIA, PATATA Y REPOLLO
FRUTA

8

ARROZ TRES DELICIAS
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA
ENSALADA VERDE
YOGUR

9

MACARRONES A LA NAPOLITANA
ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA CON
GUISANTES, ZANAHORIA, Y PATATA
FRUTA



12

FESTIVO

13

DÍA MUNDIAL DE LA ALIMENTACIÓN
"SUCCOTASH" DE MAÍZ, CALABAZA Y
GUISANTES
TIRAS DE LOMO DE CERDO NATURAL FRITAS
CON MAIZENA
LECHUGA Y TOMATE
FRUTA

14

CODITOS CON SOFRITO
POLLO EN SALSA
ZANAHORIA EN RODAJAS
HELADO

15

ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATAS
TOMATE NATURAL EN RODAJAS
FRUTA

16

ARROZ CON TOMATE
BISTEC DE MAGRA FINAS HIERBAS
LECHUGA Y CEBOLLA
YOGUR

19

JUDÍAS VERDES REHOGADAS CON
PIMENTÓN
HUEVOS ROTOS CLASICOS, PATATAS Y
JAMON SERRANO
FRUTA

20

JORNADA CHEF DEL MAR - ANGEL LEON
CREMA DE CALABACÍN NATURAL CON
PICATOSTES
FILETE DE TERNERA A LA PLANCHA
YOGUR

21

MACARRONES CON QUESO Y OREGANO
POLLO AL HORNO
ENSALADA DE LECHUGA, REMOLACHA,
ACEITUNAS Y MAÍZ
FRUTA

22

SOPA DE COCIDO
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS,
MORCILLO, CHORIZO, PATATA Y ZANAHORIAS
FRUTA

23

ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS
LOMO A LA PLANCHA
ZANAHORIA RALLADA, ACEITUNAS VERDES Y
MAÍZ
YOGUR

26

PATATAS RIOJANAS GUIADAS CON
CHORIZO
FILETE DE POLLO EMPANADO
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
YOGUR

27

ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS
REVUELTO MURCIANO CON HUEVO,
CALABACÍN Y CEBOLLA
FRUTA

28

ARROZ CON TOMATE
BISTEC DE MAGRA FINAS HIERBAS
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
FRUTA

29

ESPIRALES A LA CARBONARA
JAMONCITOS DE POLLO ASADOS
ENSALADA VERDE
YOGUR

30

MENÚ ESPECIAL DE HALLOWEEN
CREMA DE CALABAZA Y BONIATO
HAMBURGUESA DE TERNERA CON SALSA
BARBACOA
PATATAS FRITAS
GELATINA DE FRESA

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