

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



7 739 Kcal. P.: 13 HC.: 48 L.: 34 G.: 5

LENTEJAS GUIADAS CON ZANAHORIA
LENTIL AND CARROT STEW

CROQUETAS
CROQUETTES

LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
LETTUCE AND SHREDDED CARROT

FRUTA
FRUIT

8 701 Kcal. P.: 23 HC.: 29 L.: 46 G.: 10

JUDÍAS VERDES CON TOMATE
GREEN BEANS WITH TOMATO SAUCE

CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO
ROAST CHICKEN THIGH

PATATAS DADO
DICED POTATOES

FRUTA
FRUIT

9 712 Kcal. P.: 18 HC.: 48 L.: 32 G.: 5

MACARRONES A LA CARBONARA
MACARONI CARBONARA

TEMPURA CRUJIENTE DE ABADEJO
CRISPY TEMPURA OF POLLOCK

TOMATE NATURAL
FRESH TOMATO

FRUTA
FRUIT

10 722 Kcal. P.: 14 HC.: 46 L.: 38 G.: 11

ARROZ CON TOMATE NATURAL Y OLIVAS NEGRAS
RICE WITH FRESH TOMATO AND BLACK OLIVES

TORTILLA DE QUESO
CHEESE OMELETTE

LECHUGA Y CEBOLLA
LETTUCE AND ONION

FRUTA
FRUIT

11 529 Kcal. P.: 19 HC.: 28 L.: 51 G.: 16

CREMA DE CALABACÍN
CREAM OF COURGETTE SOUP

CABEZADA DE CERDO EN SALSA
PORK HEAD IN SAUCE

ENSALADA CON BROTES DE JUDIA
MUNG BEAN SPROUT SALAD

YOGUR
YOGHURT

14 618 Kcal. P.: 15 HC.: 42 L.: 41 G.: 8

ENSALADA DE PASTA TRICOLOR
TRICOLOR PASTA SALAD

TORTILLA DE JAMÓN YORK
HAM OMELETTE

ENSALADA VERDE
GREEN SALAD

FRUTA
FRUIT

15 577 Kcal. P.: 17 HC.: 55 L.: 23 G.: 3

SOPA DE PICADILLO
PICADILLO SOUP WITH HAM, CHICKEN AND NOODLES
WITH PASTA STARS

GARBANZOS CON BOLOÑESA VEGETAL
CHICKPEAS & VEGETARIAN BOLOGNESE

FRUTA
FRUIT

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

17 589 Kcal. P.: 15 HC.: 57 L.: 26 G.: 4

ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS
PAELLA WITH VEGETABLES

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

LECHUGA Y TOMATE
LETTUCE AND TOMATO

FRUTA
FRUIT

18 807 Kcal. P.: 22 HC.: 33 L.: 40 G.: 7

ALUBIAS BLANCAS GUIADAS CON ZANAHORIA
HARICOT BEANS AND CARROT STEW

PECHUGA EMPANADA
BREADED CHICKEN BREAST

TOMATE ALIÑADO
TOMATO

FRUTA
FRUIT

21 734 Kcal. P.: 16 HC.: 38 L.: 42 G.: 7

LENTEJAS ESTOFADAS
LENTIL STEW

TORTILLA DE PATATAS
SPANISH OMELETTE

LECHUGA Y CEBOLLA
LETTUCE AND ONION

FRUTA
FRUIT

22 604 Kcal. P.: 26 HC.: 34 L.: 38 G.: 10

ENSALADA DE PATATAS, HUEVO Y MAÍZ
POTATOES SALAD WITH EGG AND SWEETCORN

CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO CON MANZANA
ROAST CHICKEN WITH BAKED APPLE

FRUTA
FRUIT

23 521 Kcal. P.: 22 HC.: 26 L.: 50 G.: 16

CREMA DE PUERROS
CREAM OF LEEK SOUP

HAMBURGUESA DE TERNERA CLASICA HORNEADA
CON PISTO MANCHEGO

CLASSIC BURGHER WITH RATATOUILLE

YOGUR
YOGHURT

24 652 Kcal. P.: 18 HC.: 45 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

28 552 Kcal. P.: 13 HC.: 55 L.: 28 G.: 8

CREMA DE VERDURAS CON COSTRONES DE PAN
CREAM OF VEGETABLE SOUP WITH CROUTONS

CANELONES CON BECHAMEL Y QUESO
CANNELONI WITH BECHAMEL AND CHEESE

FRUTA
FRUIT

29 718 Kcal. P.: 16 HC.: 48 L.: 36 G.: 9

PAELLA ALICANTINA
ALACANT PAELLA

PALOMETA AL HORNO
BAKED FISH

HELADO VAINILLA
ICE CREAM

30 761 Kcal. P.: 11 HC.: 42 L.: 42 G.: 6

LENTEJAS CON JUDÍAS VERDES
LENTILS WITH GREEN BEANS

EMPANADO DE JAMON Y QUESO
BREADED HAM AND CHEESE

TOMATE ALIÑADO
TOMATO

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



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

□

□

□

□

□

7

LENTEJAS GUIADAS CON ZANAHORIA
TIRAS DE LOMO DE CERDO NATURAL FRITAS
CON MAIZENA
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

8

JUDÍAS VERDES CON TOMATE
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO
PATATAS DADO
FRUTA

9

CODITOS DE PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO
CON SALSA DE TOMATE CASERA
TIRAS DE ABADEJO REBOZADAS CON HUEVO Y
MAIZENA
TOMATE NATURAL
FRUTA

10

ARROZ CON TOMATE NATURAL Y OLIVAS
NEGRAS
TORTILLA DE QUESO
LECHUGA Y CEBOLLA
FRUTA

11

CREMA DE CALABACÍN
CABEZADA DE CERDO EN SALSA
ENSALADA CON BROTES DE JUDIA
YOGUR

14

ENSALADA DE PASTA (SIN GLUTEN Y SIN
HUEVO) CON MAÍZ Y TOMATE
TORTILLA DE JAMÓN YORK
ENSALADA VERDE
FRUTA

15

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
GARBANZOS CON BOLONESA VEGETAL
FRUTA

16

CREMA DE GUISANTES
ALBONDIGAS DE TERNERA CON SALSA DE
MAIZENA
ARROZ BLANCO
HELADO VAINILLA

17

ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS
FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON SALSA
MERY
LECHUGA Y TOMATE
FRUTA

18

ALUBIAS BLANCAS GUIADAS CON
ZANAHORIA
PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA
TOMATE ALIÑADO
FRUTA

21

LENTEJAS ESTOFADAS
TORTILLA DE PATATAS
LECHUGA Y CEBOLLA
FRUTA

22

ENSALADA DE PATATAS, HUEVO Y MAÍZ
CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO CON
MANZANA
FRUTA

23

CREMA DE PUERROS
HAMBURGUESA DE TERNERA CLASICA
HORNEADA CON PISTO MANCHEGO
YOGUR

24

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

25

ARROZ AL CURRY
FILETE DE ABADEJO AL HORNO
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

28

CREMA DE VERDURAS
TERNERA EN SALSA
FRUTA

29

PAELLA ALICANTINA
PALOMETA AL HORNO
HELADO VAINILLA

30

LENTEJAS CON JUDÍAS VERDES
TIRAS DE LOMO DE CERDO NATURAL FRITAS
CON MAIZENA
TOMATE ALIÑADO
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.

SCOLAREST
con las familias

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

7

LENTEJAS GUIADAS CON ZANAHORIA
CROQUETAS DE ESPINACAS
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

8

JUDÍAS VERDES CON TOMATE
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO
PATATAS DADO
FRUTA

9

MACARRONES CON TOMATE
TEMPURA CRUJIENTE DE ABADENO
TOMATE NATURAL
FRUTA

10

ARROZ CON TOMATE NATURAL Y OLIVAS
NEGRAS
TORTILLA DE QUESO
LECHUGA Y CEBOLLA
FRUTA

11

CREMA DE CALABACÍN
FILETE DE MERLUZA AL HORNO
ENSALADA CON BROTES DE JUDIA
YOGUR

14

ENSALADA DE PASTA TRICOLOR
TORTILLA FRANCESA
ENSALADA VERDE
FRUTA

15

SOPA DE PASTA CON ZANAHORIA
GARBANZOS CON BOLONESA VEGETAL
FRUTA

16

CREMA DE GUISANTES CON PICATOSTES
TERNERA EN SALSAS
HELADO

17

ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS
FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON SALSAS
MERY
LECHUGA Y TOMATE
FRUTA

18

ALUBIAS BLANCAS GUIADAS CON
ZANAHORIA
PECHUGA EMPANADA
TOMATE ALIÑADO
FRUTA

21

LENTEJAS CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATAS
LECHUGA Y CEBOLLA
FRUTA

22

ENSALADA DE PATATAS, HUEVO Y MAÍZ
CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO CON
MANZANA
FRUTA

23

CREMA DE PUERROS
HAMBURGUESA DE TERNERA CLASICA
HORNEADA CON PISTO MANCHEGO
YOGUR

24

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

25

ARROZ AL CURRY
MEDALLÓN DE BACALAO ANDALUZA
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

28

CREMA DE VERDURAS CON COSTRONES DE
PAN
CANELONES DE ESPINACAS
FRUTA

29

PAELLA ALICANTINA
PALOMETA AL HORNO
HELADO VAINILLA

30

LENTEJAS CON VERDURAS
CROQUETAS DE QUESO
TOMATE ALIÑADO
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.

SCOLAREST
con las familias



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

□

□

□

□

□

7

LENTEJAS GUIADAS CON ZANAHORIA
TIRAS DE LOMO DE CERDO NATURAL FRITAS
CON MAIZENA
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

8

JUDÍAS VERDES CON TOMATE
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO
PATATAS DADO
FRUTA

9

MACARRONES A LA CARBONARA
TEMPURA CRUJIENTE DE ABADAJEO
TOMATE NATURAL
FRUTA

10

ARROZ CON TOMATE NATURAL Y OLIVAS
NEGRAS
TORTILLA DE QUESO
LECHUGA Y CEBOLLA
FRUTA

11

CREMA DE CALABACÍN
CABEZADA DE CERDO EN SALSA
ENSALADA CON BROTES DE JUDIA
YOGUR

14

ENSALADA DE PASTA TRICOLOR
TORTILLA DE JAMÓN YORK
ENSALADA VERDE
FRUTA

15

SOPA DE PICADILLO
GARBANZOS CON BOLONESA VEGETAL
FRUTA

16

CREMA DE GUISANTES CON PICATOSTES
ALBÓNDIGAS CON CHAMPIÑONES
HELADO VAINILLA

17

ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS
FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON SALSA
MERY
LECHUGA Y TOMATE
FRUTA

18

ALUBIAS BLANCAS GUIADAS CON
ZANAHORIA
PECHUGA EMPANADA
TOMATE ALIÑADO
FRUTA

21

LENTEJAS ESTOFADAS
TORTILLA DE PATATAS
LECHUGA Y CEBOLLA
FRUTA

22

ENSALADA DE PATATAS, HUEVO Y MAÍZ
CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO CON
MANZANA
FRUTA

23

CREMA DE PUERROS
HAMBURGUESA DE TERNERA CLASICA
HORNEADA CON PISTO MANCHEGO
YOGUR

24

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

25

ARROZ AL CURRY
MEDALLÓN DE BACALAO ANDALUZA
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

28

CREMA DE VERDURAS CON COSTRONES DE
PAN
TERNERA EN SALSA
FRUTA

29

PAELLA ALICANTINA
PALOMETA AL HORNO
HELADO VAINILLA

30

LENTEJAS CON JUDÍAS VERDES
TIRAS DE LOMO DE CERDO NATURAL FRITAS
CON MAIZENA
TOMATE ALIÑADO
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.

SCOLAREST
con las familias

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

7

LENTEJAS GUIADAS CON ZANAHORIA
TIRAS DE LOMO DE CERDO NATURAL FRITAS
CON MAIZENA
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

8

JUDÍAS VERDES CON TOMATE
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO
PATATAS DADO
FRUTA

9

CODITOS DE PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO
CON SALSA DE TOMATE CASERA
FILETE DE ABADEJO AL HORNO
TOMATE NATURAL
FRUTA

10

ARROZ CON TOMATE NATURAL Y OLIVAS
NEGRAS
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA
LECHUGA Y CEBOLLA
FRUTA

11

CREMA DE CALABACÍN
CABEZADA DE CERDO EN SALSA
ENSALADA CON BROTES DE JUDIA
YOGUR

14

ENSALADA DE PASTA (SIN GLUTEN Y SIN
HUEVO) CON MAÍZ Y TOMATE
FILETE DE AGUJA DE CERDO AL HORNO
ENSALADA VERDE
FRUTA

15

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
GARBANZOS CON BOLONESA VEGETAL
FRUTA

16

CREMA DE GUISANTES CON PICATOSTES
ALBÓNDIGAS CON CHAMPIÑONES
HELADO VAINILLA

17

ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS
FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON SALSA
MERY
LECHUGA Y TOMATE
FRUTA

18

ALUBIAS BLANCAS GUIADAS CON
ZANAHORIA
PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA
TOMATE ALIÑADO
FRUTA

21

LENTEJAS ESTOFADAS
LOMO A LA PLANCHA
LECHUGA Y CEBOLLA
FRUTA

22

ENSALADA DE PATATAS, TOMATE, PIMIENTO,
PEPINO Y ACEITUNAS
CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO CON
MANZANA
FRUTA

23

CREMA DE PUERROS
HAMBURGUESA DE TERNERA CLASICA
HORNEADA CON PISTO MANCHEGO
YOGUR

24

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

25

ARROZ AL CURRY
FILETE DE ABADEJO AL HORNO
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

28

CREMA DE VERDURAS CON COSTRONES DE
PAN
TERNERA EN SALSA
FRUTA

29

PAELLA ALICANTINA
PALOMETA AL HORNO
HELADO VAINILLA

30

LENTEJAS CON JUDÍAS VERDES
TIRAS DE LOMO DE CERDO NATURAL FRITAS
CON MAIZENA
TOMATE ALIÑADO
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.

SCOLAREST
con las familias

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

7

LENTEJAS GUIADAS CON ZANAHORIA
TIRAS DE LOMO DE CERDO NATURAL FRITAS
CON MAIZENA
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

8

JUDÍAS VERDES CON TOMATE
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO
PATATAS DADO
FRUTA

9

MACARRONES CON TOMATE
TIRAS DE ABADAJE REBOZADAS CON HUEVO Y
MAIZENA
TOMATE NATURAL
FRUTA

10

ARROZ CON TOMATE NATURAL Y OLIVAS
NEGRAS
TORTILLA FRANCESA
LECHUGA Y CEBOLLA
FRUTA

11

CREMA DE CALABACÍN
CABEZADA DE CERDO EN SALSA
ENSALADA CON BROTES DE JUDIA
YOGUR DE SOJA

14

ENSALADA DE PASTA TRICOLOR
TORTILLA DE JAMÓN YORK
ENSALADA VERDE
FRUTA

15

SOPA DE PICADILLO
GARBANZOS CON BOLONESA VEGETAL
FRUTA

16

CREMA DE GUISANTES CON PICATOSTES
TERNERA EN SALSA
YOGUR DE SOJA

17

ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS
FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON SALSA
MERY
LECHUGA Y TOMATE
FRUTA

18

ALUBIAS BLANCAS GUIADAS CON
ZANAHORIA
PECHUGA EMPANADA
TOMATE ALIÑADO
FRUTA

21

LENTEJAS ESTOFADAS
TORTILLA DE PATATAS
LECHUGA Y CEBOLLA
FRUTA

22

ENSALADA DE PATATAS, HUEVO Y MAÍZ
CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO CON
MANZANA
FRUTA

23

CREMA DE PUERROS
FILETE DE TERNERA A LA PLANCHA
PISTO
YOGUR DE SOJA

24

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

25

ARROZ AL CURRY
FILETE DE ABADAJE AL HORNO
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

28

CREMA DE VERDURAS CON COSTRONES DE
PAN
TERNERA EN SALSA
FRUTA

29

PAELLA ALICANTINA
PALOMETA AL HORNO
YOGUR DE SOJA

30

LENTEJAS CON JUDÍAS VERDES
TIRAS DE LOMO DE CERDO NATURAL FRITAS
CON MAIZENA
TOMATE ALIÑADO
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.

SCOLAREST
con las familias

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

7

COLIFLOR CON PATATAS
TIRAS DE LOMO DE CERDO NATURAL FRITAS
CON MAIZENA
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

8

ESPINACAS REHOGADAS CON AJO
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO
PATATAS DADO
FRUTA

9

MACARRONES A LA CARBONARA
TEMPURA CRUJIENTE DE ABADJO
TOMATE NATURAL
FRUTA

10

ARROZ CON TOMATE NATURAL Y OLIVAS
NEGRAS
TORTILLA DE QUESO
LECHUGA Y CEBOLLA
FRUTA

11

CREMA DE CALABACÍN
CABEZADA DE CERDO EN SALSA
ENSALADA VERDE
YOGUR



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

14

ENSALADA DE PASTA TRICOLOR
TORTILLA FRANCESA
ENSALADA VERDE
FRUTA

15

SOPA DE PASTA
FILETE DE POLLO AL AJILLO
ESPÁRRAGOS CON ACEITE DE OLIVA
FRUTA

16

CREMA DE CHAMPIÑONES
TERNERA EN SALSA
HELADO VAINILLA

17

ARROZ CON VERDURAS
FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON SALSA
MERY
LECHUGA Y TOMATE
FRUTA

18

BRÓCOLI CON PATATA
PECHUGA EMPANADA
TOMATE ALIÑADO
FRUTA

21

ACELGAS REHOGADAS
TORTILLA DE PATATAS
LECHUGA Y CEBOLLA
FRUTA

22

ENSALADA DE PATATAS, HUEVO Y MAÍZ
CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO CON
MANZANA
FRUTA

23

CREMA DE PUERROS
FILETE DE TERNERA A LA PLANCHA
PISTO
YOGUR

24

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

25

ARROZ AL CURRY
MEDALLÓN DE BACALAO ANDALUZA
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

28

CREMA DE VERDURAS
TERNERA EN SALSA
FRUTA

29

ARROZ CON VERDURAS
PALOMETA AL HORNO
HELADO VAINILLA

30

ESPINACAS CON PATATAS
TIRAS DE LOMO DE CERDO NATURAL FRITAS
CON MAIZENA
TOMATE ALIÑADO
FRUTA

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

□

□

□

□

□

7

LENTEJAS GUIADAS CON ZANAHORIA
TIRAS DE LOMO DE CERDO NATURAL FRITAS
CON MAIZENA
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

8

JUDÍAS VERDES CON TOMATE
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO
PATATAS DADO
FRUTA

9

MACARRONES A LA CARBONARA
BISTEC DE TERNERA A LA PLANCHA
TOMATE NATURAL
FRUTA

10

ARROZ CON TOMATE NATURAL Y OLIVAS
NEGRAS
TORTILLA DE QUESO
LECHUGA Y CEBOLLA
FRUTA

11

CREMA DE CALABACÍN
CABEZADA DE CERDO EN SALSA
ENSALADA CON BROTES DE JUDIA
YOGUR



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

14

ENSALADA DE PASTA TRICOLOR
TORTILLA DE JAMÓN YORK
ENSALADA VERDE
FRUTA

15

SOPA DE PICADILLO
GARBANZOS CON BOLONESA VEGETAL
FRUTA

16

CREMA DE GUISANTES CON PICATOSTES
ALBÓNDIGAS CON CHAMPIÑONES
HELADO

17

ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA
LECHUGA Y TOMATE
FRUTA

18

ALUBIAS BLANCAS GUIADAS CON
ZANAHORIA
PECHUGA EMPANADA
TOMATE ALIÑADO
FRUTA

21

LENTEJAS ESTOFADAS
TORTILLA DE PATATAS
LECHUGA Y CEBOLLA
FRUTA

22

ENSALADA DE PATATAS, HUEVO Y MAÍZ
CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO CON
MANZANA
FRUTA

23

CREMA DE PUERROS
HAMBURGUESA DE TERNERA CLASICA
HORNEADA CON PISTO MANCHEGO
YOGUR

24

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

25

ARROZ AL CURRY
FILETE DE PAVO A LA PLANCHA
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

28

CREMA DE VERDURAS CON COSTRONES DE
PAN
TERNERA EN SALSA
FRUTA

29

PAELLA ALICANTINA
POLLO EN SALSA DE TOMATE
HELADO VAINILLA

30

LENTEJAS CON JUDÍAS VERDES
TIRAS DE LOMO DE CERDO NATURAL FRITAS
CON MAIZENA
TOMATE ALIÑADO
FRUTA

□

□

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