

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

--

--

--

1/10/20
Sopa de Carne
San Jacobos con Tomates al Ajillo
Panaché de Verduras
Lácteo. Pan blanco, Agua

2/10/20
Crema de Espinacas
Coditos con Tomate
Fruta, Pan blanco, Agua

5/10/20
Crema de Calabaza
Nuggets de Pollo con Ensalada de Temporada
Macarrones con Atún
Fruta en almíbar, Pan blanco, Agua

6/10/20
Sopa de Estrellitas
Albóndigas a la Jardinera con Arroz Pilaw
Huevos Rotos
Lácteo. Pan blanco, Agua

7/10/20
Puré de Bubangos
Fogonero en salsa de Pimientos con Papas Guisadas
Garbanzas compuestas
Fruta, Pan blanco, Agua

8/10/20
Potaje de Verduras
Macarrones Bolofesa
Varitas con Tomates Aliñados
Lácteo. Pan blanco, Agua

9/10/20
Crema de Espinacas
Tortilla Española con Salsas
Fruta, Pan blanco, Agua

12/10/20
FESTIVO DÍA DE LA HISPANIDAD

13/10/20
Sopa de Pescado
Estofado de Pollo
Guisantes con Bacon
Lácteo. Pan blanco, Agua

14/10/20
Rancho Canario
Fogonero con Mojo Cilantro y Papas Arrugadas
Revuelto de Verduras
Fruta, Pan blanco, Agua

15/10/20
Crema de Zanahorias
Tortilla Española, Tomates y Orégano
Empanadillas con Ensalada de Frutas
Lácteo. Pan blanco, Agua

16/10/20
Puré de Acelgas
Pizza de Atún y Queso
Fruta, Pan blanco, Agua

19/10/20
Puré de Calabaza
Marmitako de Atún
Menestra Salteada con Jamón y Bacon
Fruta, Pan blanco, Agua

20/10/20
Lentejas Estofadas
Espirales con Verduras y Jamón
Coliflor con Bechamel
Lácteo. Pan blanco, Agua

21/10/20
Potaje de Bubangos
Salchichas Estofadas
Ensalada de Arroz
Fruta, Pan blanco, Agua

22/10/20
Sopa de Pollo
Croquetas de Jamón con Ensalada de Piña
Fogonero a la Plancha
Lácteo. Pan blanco, Agua

23/10/20
Crema de Champiñones
Pasta a la Carbonara
Fruta, Pan blanco, Agua

26/10/20
Potaje de Judías blancas
Palitos de Merluza con Ensalada
Hamburguesas en salsa
Fruta, Pan blanco, Agua

27/10/20
Sopa de Pescado
Estrogonoff de Pollo
Salpicón de Garbanzos
Lácteo. Pan blanco, Agua

28/10/20
Puré de Berros
Pescado en Salsa Verde con Papas al Vapor
Salpicón de Garbanzos
Fruta, Pan blanco, Agua

29/10/20
Crema de Verduras
Arroz al Estilo de la Abuela
Ensaladilla Rusa
Lácteo. Pan blanco, Agua

30/10/20
Puré de Zanahorias
Tortilla Española con Queso y Salsa
Fruta, Pan blanco, Agua



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.

## 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.



## 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

### Si hemos comido:

Cereales, féculas o legumbres  
Verduras  
Carne  
Pescado  
Huevos  
Fruta  
Lácteos

### Podemos cenar:

Hortalizas crudas o legumbres cocidas  
Cereales o féculas  
Pescado o huevo  
Carne magra o huevo  
Pescado o carne magra  
Lácteos o fruta  
Fruta

Notas: