

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

□

□

□

1

2

ENSALADA DE LECHUGA, REMOLACHA Y MAÍZ  
SOPA DE VERDURAS  
LOMO ADOBADO AL HORNO  
PATATA PANADERA  
FRUTA

ENSALADA DE LECHUGA, REMOLACHA, ACEITUNAS Y MAÍZ  
MACARRONES GRATINADOS  
FILETE DE ABADEJO REBOZADO  
HELADO

5

6

7

8

9

ENSALADA DE LECHUGA, REMOLACHA, ACEITUNAS Y MAÍZ  
GUISADO DE TERNERA  
ROLLITO DE JAMÓN Y QUESO  
FRUTA

ENSALADA VERDE CON LECHUGA, PEPINO Y OLIVAS  
ESPIRALES CON ATÚN  
FILETE DE AGUJA DE CERDO AL HORNO  
PATATA PANADERA  
YOGUR

ENSALADA DE LECHUGA, REMOLACHA, ACEITUNAS Y MAÍZ  
ARROZ EN PAELLA CON POLLO  
TORTILLA FRANCESA  
FRUTA

ENSALADA DE TOMATE Y PEPINO  
OLLA GITANA  
EMPANADILLAS DE ATÚN  
FRUTA

ENSALADA MURCIANA  
GUISO DE PESCADO CON ALETRIA  
HAMBURGUESA DE TERNERA A LA PLANCHA  
GELATINA DE FRESA

12

13

14

15

16

FESTIVO

ENSALADA DE PASTA  
PALOMETA CON AJITOS Y CEBOLLA EN SALSA DE TOMATE  
YOGUR

ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA, PEPINO Y TOMATE  
ARROZ A LA CUBANA  
SALCHICHAS AL HORNO  
FRUTA

ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, CEBOLLA Y ZANAHORIA  
ESPINACAS REHOGADAS CON AJO  
HUEVOS ROTOS CLASICOS, PATATAS Y JAMON SERRANO  
FRUTA

ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ, PEPINO Y ZANAHORIA  
PATATAS RIOJANAS GUIADAS CON CHORIZO  
FIGURITAS DE PESCADO  
HELADO

19

20

21

22

23

LECHUGA Y APIO  
TOMATE NATURAL  
FIDEUA CON PESCADO  
TORTILLA DE PATATAS  
FRUTA

**LEGUMBRE ECOLÓGICA**  
ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA, ATÚN Y MAÍZ  
POTAJE DE GARBANZOS  
LIMANDA ENCEBOLLADA  
YOGUR

ENSALADA DE CABALLA  
ARROZ EN PAELLA CON MAGRO  
FRUTA

ENSALADA DE ESPÁRRAGOS  
HERVIDO DE PATATA Y JUDÍA  
CANELONES RELLENOS DE CARNE CON BECHAMEL SUAVE  
FRUTA

ENSALADA MIXTA  
SOPA DE ESTRELLAS  
ALBÓNDIGAS CON SETAS VARIADAS  
HELADO

26

27

28

29

30

LECHUGA Y TOMATE  
GUISADO MARINERA  
REVUELTO MURCIANO CON HUEVO, CALABACÍN Y CEBOLLA  
FRUTA

ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA, PEPINO Y TOMATE  
CREMA DE VERDURAS  
PECHUGA EMPANADA  
YOGUR

ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y TOMATE  
SOPA DE COCIDO  
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, MORCILLO, CHORIZO, PATATA Y ZANAHORIAS  
FRUTA

ZANAHORIA RALLADA, ACEITUNAS VERDES Y MAÍZ  
ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS  
PALOMETA EN ADOBO  
FRUTA

**MENÚ ESPECIAL DE HALLOWEEN**  
ENSALADA DE LECHUGA, REMOLACHA, ACEITUNAS Y MAÍZ  
MACARRONES CON SALSA DE CALABAZA Y QUESO  
ALITAS DE POLLO ASADAS A LA BARBACOA  
PAN DE CALABAZA



Scolarest me propuso cambiar la forma de alimentar de los niños y niñas y acercarnos 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