

Menú Basal Centro Infantil Humbi

Agosto Curso 2020 - 2021



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

02/08/2021
Puré de acelgas con ternera
Tallarines blancos con atún
Fruta

09/08/2021
Puré de verduras con pescado
Arroz tres delicias
Fruta

16/08/2021
Crema de calabacín con pescado
Estofado de pollo
Fruta

23/08/2021
Puré de acelgas con ternera
Pescado encebollado con papas guisadas
Fruta

30/08/2021
Crema de berros con pescado
Coditos con tomate y orégano
Fruta

MARTES

03/08/2021
Crema de calabaza con pavo
Churros de pescado con ensalada
Postre lácteo

10/08/2021
Crema de calabacín con pollo
Ropa vieja de verduras
Postre lácteo

17/08/2021
Puré de lentejas con pollo
Albóndigas en salsa con arroz blanco
Postre lácteo

24/08/2021
Crema de calabaza con jamón
Jamoncitos de pollo con menestra
Postre lácteo

31/08/2021
Puré de lentejas con jamón
Fogonero en salsa con papas panaderas
Postre lácteo

MIÉRCOLES

04/08/2021
Crema de puerros con pescado
Jamoncitos de pollo con pisto de verduras
Fruta

11/08/2021
Crema de garbanzos con pavo
Pescado con Mojo y Papas Guisadas
Fruta

18/08/2021
Crema de zanahoria con ternera
Lomo adobado con papas panaderas
Fruta

25/08/2021
Puré de judías blancas con pollo
Espaguetis con verduras
Fruta

JUEVES

05/08/2021
Crema de bubangos con jamón
Pescado encebollado con papas panaderas
Postre lácteo

12/08/2021
Crema de zanahoria con ternera
Pollo salteado con verduras
Postre lácteo

19/08/2021
Puré de calabaza con jamón
Varitas de merluza con ensalada
Postre lácteo

26/08/2021
Crema de calabacín con pavo
Croquetas de jamón con ensalada
Postre lácteo

VIERNES

06/08/2021
Puré de judías blancas con pollo
Tortilla francesa con queso
Fruta

13/08/2021
Crema de judías pintas con pescado
Macarrones gratinados
Fruta

20/08/2021
Crema de garbanzos con pavo
Tortilla con jamón y ensalada
Fruta

27/08/2021
Puré de puerros con pescado
Hamburguesas mixtas con arroz blanco
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.

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.



Agua



Aceite de oliva



Vegetales crudos o cocidos



Hidratos de carbono



COMPLETA CON UN ADECUADO

menú de cena

Proteína (carne, pescado, huevos o legumbres)



Juega con los colores de las frutas y verduras



Frutas y lácteos

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: