

TORRE BARONA

Dieta: SENSE PORC

Octubre - 2020

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

□

□

□

1

PRODUCTE ECOLÒGIC

LLENTIES AMB VERDURES

TEMPURA CRUIXENT D'ABADEJO

TOMÀQUET AMANIT

IOGURT

2

FIDEUÀ AMB VERDURES

TRUITA DE FORMATGE

AMANIDA (AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET)

FRUITA

5

CREMA DE BRÒQUIL
OUS A LA CASSOLA AMB CARBASSÓ
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA
FRUITA

6

ARRÒS AMB BLAT DE MORO I PASTANAGA
FILET DE LLUÇ ARREBOSSAT
AMANIDA VERDA
FRUITA

7

SOPA DE PASTA AMB PASTANAGA
POLLASTRE ROSTIT
AMANIDA MIXTA
FRUITA

8

LLENTIES ESTOFADES AMB PASTANAGA
TRUITA DE CARBASSÓ (ECOLÒGIC)
RODANXES DE TOMÀQUET NATURAL
IOGURT

9

GALETS AMB SOFREGIT
CROQUETES DE FORMATGES
ENCIAM I BROTS DE MONGETES
FRUITA

12

FESTIU

13

DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ

14

DIA MUNDIAL DE L'ALIMENTACIÓ
"SUCCOTASH" DE BLAT DE MORO,
CARABASSA I PÈSOLS
POLLASTRE DE L'HORTA AMB PURÉ DE PATATA
GELAT

15

MONGETES BLANQUES I PATATA BULLIDA AMB OLI D'OLIVA
TRUITA DE TONYINA
RODANXES DE TOMÀQUET NATURAL
FRUITA

16

ARRÒS AMB TOMÀQUET NATURAL I OLIVES NEGRES
MEDALLÓ DE BACALLÀ A L'ANDALUSA
ENCIAM I CEBA
FRUITA

19

MACARRONS INTEGRALS AMB TOMÀQUET
TRUITA FRANCESA
ENCIAM, TOMÀQUET I OLIVES
FRUITA

20

JORNADA XEF DEL MAR- ANGEL LEON
CREMA DE CARBASSÓ NATURAL AMB CROSTONS
TALLARINES DE LLUÇ A LA MARINERA
GELAT

21

PATATES "VIUDAS"
POLLASTRE AL FORN AMB SOIA I MEL
AMANIDA D' ENCIAM, REMOLATXA,
OLIVES I BLAT DE MORO
FRUITA

22

PAELLA AMB VERDURES
CASTANYOLA ADOBADA
AMANIDA DE PASTANAGA RATLLADA,
OLIVES VERDES I BLAT DE MORO
FRUITA

23

CIGRONS (ECOLÒGIC) AMB ARRÒS
OUS AL FORN AMB TOMÀQUET NATURAL
PATATA AL FORN
IOGURT

26

PRODUCTE ECOLÒGIC
LLENTIES AMB VERDURES
FILET DE LLUÇ AL FORN
TOMÀQUET AMANIT
FRUITA

27

MONGETES TENDRES SALTEJADES AMB PEBRE VERMELL
POLLASTRE KENTUCKY
AMANIDA (AMANIDA D' ENCIAM I TOMÀQUET)
FRUITA

28

SOPA D'AU AMB PASTA
CIGRONS AMB TOMÀQUET
FRUITA

29

MACARRONS AMB FORMATGE I ORENGA
FILET DE LLUÇ A LA MUSSELINA D'ALL
AMANIDA VERDA
IOGURT

30

DIA DE LA CASTANYADA
CREMA DE CARBASSA I MONIATO
HAMBURGUESA DE VEDELLA AMB SALSABARBA
PATATES FREGIDES
GELATINA DE MADUIXA



Scolarest em va proposar canviar la forma d'alimentar als nens i nenes i apropar-los al mar, fer conegut allò desconegut i els seus beneficis. No vaig poder fer una altra cosa que comprometre'm amb el repte i posar-me a treballar, treballar per ells i treballar amb el mar.

SCOLAREST
amb les famílies

Scolarest

Observacions: No utilitzar ingredients que continguin l'al•lergen no tolerat (llegir l'etiquetatge) i evitar la contaminació creuada durant el procés.

QUI ÉS L'ÀNGEL LEÓN?

El Xef del restaurant Aponiente amb 3 estrelles Michelin, és un dels cuiners de major prestigi internacional. La seva passió i afecte pel mar l'han portat a crear innovadors projectes basats en la proteïna marina.



FISH REVOLUTION



Amb l'objectiu de millorar l'alimentació dels nostres petits, L'Àngel León s'ha unit a Scolarest en un innovador projecte de I+D Gastronòmic per fomentar el consum de proteïna marina.

El xef ha buscat eines per fer nous productes exclusius que millorin l'alimentació dels nostres nens i nenes



VOLS SABER EN QUÈ MILLOREM?

En elaboracions culinàries que aporten Omega 3, proteïnes, vitamines i minerals en elevats percentatges i evitant el màxim possible l'ús de conservants i colorants

No substituïm la ració de peix, la complementem!



COMPLETA AMB UN ADEQUAT

menú de Sopar



BUSQUEM UNA REVOLUCIÓ CONCEPTUAL

Scolarest i l'Àngel León volem apropar el peix d'una forma divertida i coneguda, que no produeixi rebuig i afavoreixi la seva inclusió. La finalitat bàsica d'aquest projecte és que els nostres nens mengin més proteïna marina de manera normalitzada, sense modificar els seus hàbits ni les seves rutines alimentàries, aquesta és la gran clau.



SI hem dinat:

- Cereals, fècules o llegums
- Verdures
- Carn
- Peix
- Ou
- Fruita
- Lactis

Podem Sopar:

- Hortalisses crues o llegums cuites
- Cereals o fècules
- Peix o ou
- Carn magra o ou
- Peix o carn magra
- Lactis o fruita
- Fruita

Notes:

