

1 nov. - festivo
servicio de carta

Semana del 29 oct. - 2 nov.

Entrantes

Principales

Postres

| ENSALADA | SOPA / CREMA | VERDURA | LEGUMBRES | ARROZ / CEREALES | PASTA SIMPLE | PASTA RELLENA | PASTEL | FRUTA | KÉFIR / YOGUR |
|--|---|--|---|--|--|--|---|----------------------------|--|
| | | | | | | | | | |
| Mézclum de hojas verdes, boniato, judías pintas, zanahoria, tomate, apio, salsa de yogur de soja | Crema de espárragos trigueros al perfume de trufa | Berenjenas con quinoa, setas, salsa de yogur y tahin | Albóndigas de trigo sarraceno con guisantes y cebolla caramelizada, sobre caldo suave de verduras | Curri rojo, verduras de temporada, seitán, arroz basmati | Pappardelle al pesto de kale, daditos de tomate, pipas de calabaza y anacardos | Lasagna de espinacas, calabaza y champiñones | Pastel mousse de castañas con cobertura de chocolate y panellets de piñones | Pudding de manzanas y coco | Batido de kéfir con frutos secos Yogur de soja: natural, mango y melocotón, o arándanos |

Entrantes

Principales

Postres

Semana del 5 - 9

| ENSALADA | SOPA / CREMA | VERDURA | LEGUMBRES | ARROZ / CEREALES | PASTA SIMPLE | PASTA RELLENA | PASTEL | FRUTA | KÉFIR / YOGUR |
|---|--|--|---|--|--|---|--|--|--|
| | | | | | | | | | |
| Escarola, boquerón de berenjena, tomate, judías blancas, tofu ahumado, olivas negras, salsa romesco | Sopa de espinacas y almendras con manzana caramelizada | Timbal de patatas, berenjenas, bolognesa de soja | Lentejas al curri con daditos de manzana y patata | Whole grain risotto de puerros, remolacha y queso de oveja | Spaghetini RBS (Red Beet Rosemary) y verduras al wok | Coures de seitán, cebolla caramelizada y queso roquefort con salsa Stroganoff | Vegan Hazelnut Mousse & Chocolate Cake | Crujiente de boniato con su helado | Batido de kéfir con plátanos y dátiles Yogur de soja: natural, mango y melocotón, o arándanos |

Entrantes

Principales

Postres

Semana del 12 - 16

| ENSALADA | SOPA / CREMA | VERDURA | LEGUMBRES | ARROZ / CEREALES | PASTA SIMPLE | PASTA RELLENA | PASTEL | FRUTA | KÉFIR / YOGUR |
|--|---|---|--|--|---------------------------------------|---|---|---|--|
| | | | | | | | | | |
| Mézclum de hojas verdes, tomate, huevo duro, garbanzos, olivas gordal, salsa de tomates frescos y frutos secos | Sopa de miso con verduras y algas marinas | Twice-baked boniato, alioli de castañas | Estofado de alubias blancas, espinacas, boniato, crujiente de tempeh | Paella de arroz integral, verduras, algas hiziki | Fideuá, ratatouille, shitake, allioli | Cuores de boniato y pera con salsa de coco y nueces | Guilt-free cheesecake con cobertura de fresas | Mango con crema catalana y bolita de coco | Batido de kéfir con frutos secos Yogur de soja: natural, mango y melocotón, o arándanos |

Entrantes

Principales

Postres

Semana del 19 - 23

| ENSALADA | SOPA / CREMA | VERDURA | LEGUMBRES | ARROZ / CEREALES | PASTA SIMPLE | PASTA RELLENA | PASTEL | FRUTA | KÉFIR / YOGUR |
|--|--|--|---|---|---|--|-------------------|--|---|
| | | | | | | | | | |
| Quinoa bicolor (roja + blanca), tomate, col lombarda, pepino, rábanos, anacardos, aderezo de miso, jengibre y cilantro | Crema de boniato con chips de patata violeta y pipas de calabaza | Pastel trilogía de tortillas (patata+cebolla, espinacas, champiñones), bechamel de tomate seco | Garbanzos, salsa verde, brócoli, alcachofas | Risotto de avena, espinacas, roquefort vegano, ralladura de piel de limón | Spaghetini WGVC (Whole Grain Vegan Carbonara) | Raviolis rellenos de alcachofas con salsa brie y cúrcuma | Vegan Carrot Cake | Minestrone de frutas de temporada aromatizadas | Batido de kéfir y mango Yogur de soja: natural, mango y melocotón, o arándanos |

Entrantes

Principales

Postres

Semana del 26 - 30

| ENSALADA | SOPA / CREMA | VERDURA | LEGUMBRES | ARROZ / CEREALES | PASTA SIMPLE | PASTA RELLENA | PASTEL | FRUTA | KÉFIR / YOGUR |
|---|---------------------------|--|--|--|---|--|--|--|--|
| | | | | | | | | | |
| Lechuga romana, manzana, tomates cherry, queso fresco, sésamo negro, mayonesa suave de soja | Crema de puerros e hinojo | Menestra de alcachofa, zanahoria, patata, judías verdes, brócoli, guisantes, espárragos, champiñones | Trinxat d'Algerri con patata, col, garbanzos y pilota catalana | Pizza de espelta con crema de boniato, rúcula, granada | Spaghetini de cúrcuma con salsa thai de verduras y tofu | Cannelloni, paté de funghi, salsa de anacardos | Pastel mousse tricolor (chocolate, mango, frutas del bosque) | Chía chai, cúrcuma, granada, anacardos | Kéfir con frutos secos Yogur de soja: natural, mango y melocotón, o arándanos |



We love you
veggie much!

Salud, amor y sobre todo... ¡Comida sana!

Instagram & Facebook: @teresacarles

