


Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
 <p>Hi ha opció sense gluten de cada poke bowl.</p>		<p>1) POKE VEGGIE Cous cous, pèsols, alvocat, tomàqu et cherry, pinya, pipes de carabassa i vinagreta de Mòdena</p>	<p>2) POKE TERIYAKI Pasta, pollastre teriyaki, remolatxa, brots de soja, mongeta tendra, sèsam i salsa teriyaki</p>	<p>3) POKE LLEGUM Llenties, arròs, bròquil, mango, alvocat, tomàquet cherry i vinagret a de gerds</p>
<p>6) POKE SALMÓ Arròs integral, salmó fumat, ceba morada, hummus, tomàquet cherry, mongeta tendra i salsa de soja</p>	<p>7) POKE VEGGIE Llacets, cigrons amb verduretes (pas tanaga, carbassó, api), xampinyons saltejats amb all i julivert i nous</p>	<p>8) POKE TERIYAKI Pasta, pollastre teriyaki, remolatxa, brots de soja, mongeta tendra, sèsam i salsa teriyaki</p>	<p>9) POKE LLEGUM Llenties, arròs, bròquil, mango, alvocat, tomàquet cherry i vinagret a de gerds</p>	<p>10) POKE ARRABBIATA (calent) Macarrons, salsa de tomàquet, albergínia, tonyina, all, oli, fulles d'alfàbrega fresca (formatge ratllat opcional)</p>
<p>13) POKE CRUIXENT Arròs integral, pollastre arrebossat, guacamole, ceba morada, natxos, blat de moro i salsa de iogurt</p>	<p>14) POKE LLEGUM Llenties, arròs, bròquil, mango, alvocat, tomàquet cherry i vinagret a de gerds</p>	<p>15) POKE ITALIÀ (calent) Tagliatelle amb salsa bolonyesa (carn picada de vedella, ceba, all, pastanaga, api, tomàquet, sal, pebre) i pastanaga saltada amb julivert (formatge ratllat opcional)</p>	<p>16) POKE SALMÓ Arròs integral, salmó fumat, ceba morada, hummus, tomàquet cherry, mongeta tendra i salsa de soja</p>	<p>17) LLIURE DISPOSICIÓ</p>
<p>20) POKE ARRABBIATA (calent) Macarrons, salsa de tomàquet, albergínia, tonyina, all, oli, fulles d'alfàbrega fresca (formatge ratllat opcional)</p>	<p>21) POKE SALMÓ Arròs integral, salmó fumat, ceba morada, hummus, tomàquet cherry, mongeta tendra i salsa de soja</p>	<p>22) POKE CRUIXENT Arròs integral, pollastre arrebossat, guacamole, ceba morada, natxos, blat de moro i salsa de iogurt</p>	<p>23) POKE TERIYAKI Pasta, pollastre teriyaki, remolatxa, brots de soja, mongeta tendra, sèsam i salsa teriyaki</p>	<p>24) POKE LLEGUM Llenties, arròs, bròquil, mango, alvocat, tomàquet cherry i vinagret a de gerds</p>
<p>27) POKE ITALIÀ (calent) Tagliatelle amb salsa bolonyesa (carn picada de vedella, ceba, all, pastanaga, api, tomàquet, sal, pebre) i pastanaga saltada amb julivert (formatge ratllat opcional)</p>	<p>28) POKE CRUIXENT Arròs integral, pollastre arrebossat, guacamole, ceba morada, natxos, blat de moro i salsa de iogurt</p>	<p>29) POKE VEGGIE Llacets, cigrons amb verduretes (pas tanaga, carbassó, api), xampinyons saltejats amb all i julivert i nous</p>	<p>30) POKE SALMÓ Arròs integral, salmó fumat, ceba morada, hummus, tomàquet cherry, mongeta tendra i salsa de soja</p>	<p>31) POKE ARRABBIATA (calent) Macarrons, salsa de tomàquet, albergínia, tonyina, all, oli, fulles d'alfàbrega fresca (formatge ratllat opcional)</p>