







## Per Menjar

**Amanida Cèsar:** Enciam, pollastre, tomàquet xerri, crostons, parmesà i salsa tàrtara 7€

**Amanida Solius:** Enciam, pastanaga, tomàquet xerri, fruits secs i oli d'alfàbrega, 7€  

**Sandwich Club:** Pa de motllo, pernil dolç, formatge, enciam, tomàquet i maionesa, 6 €

**Sandwich Vegetal:** Pa de motllo de llavors, maionesa, enciam, tomàquet, pastanaga, cogombre i ceba 6 € 

**Gaspatxo de remolatxa amb llavors de sèsam negre.** 5.5€   

**Planxat de sobrassada i formatge brie** 6 €

**Planxat d'Escalivada:** pebrot, ceba i albergínia. 6 € 

**Iogurt natural amb fruites fresques i fruits secs** 5.5€ 

**Amanida de fruites naturals.** 5€   

## Per Beure

Batut verd: poma, cogombre, llimona i gíngebre 5.5€

Batut de maduixes 5.5€

Batut de meló amb iogurt 5.5€

Suc de taronja natural 5.5€

Suc de pinya natural 5.5€

Cafè sol 1.5€

Cafè americà 1.5€

Cafè amb gel 1.6€

Cafè amb llet 1.9€

Tallat 1.6€

Tallat amb gel 1.7€

Tes i infusions 2€

Copa de vi "Vella Lola" negre, rosat o blanc 3.9€

*\*Tots els batuts i cafès es poden fer amb llet de vaca o beguda de soja*

*"Sigues el canvi que desitges veure en el món"*


*Mahatma Gandhi*




## Para Comer

**Ensalada César** Lechuga, pollo, tomate cherry, picatostes, parmesano y salsa tártara 7€


**Ensalada Solius:** Lechuga, zanahoria, tomate cherry, frutos secos y aceite de albahaca. 7€  

**Sándwich Club:** Pan de molde, jamón de york, queso, lechuga, tomate y mayonesa, 6€

**Sándwich Vegetal:** Pan de molde de semillas, mayonesa, lechuga, tomate, zanahoria, pepino y cebolla 6€ 

**Gazpacho de remolacha con semillas de sésamo negro** 5.5€   

**Planchado de sobrasada y queso brie.** 6€

**Planchado de escalibada** pimiento, cebolla y berenjena. 6€ 

**Yogurt natural con frutas frescas y frutos secos.** 5.5€ 

**Ensalada de frutas naturales.** 5€   

## Para Beber

Batido verde manzana, pepino, limón y jengibre 5.5€

Batido de fresas 5.5€

Batido de melón con yogurt 5.5€

Zumo de naranja natural 5.5€

Zumo de piña natural 5.5€

Café solo 1.5€

Café americano 1.5€

Café con hielo 1.6€

Café con leche 1.9€

Cortado 1.6€

Cortado con hielo 1.7€

Tés e infusiones 2€

Copa de vino “Vella Lola” negro, rosado o blanco 3.9€



*\*Todos los batidos y cafés se pueden hacer con leche de vaca o bebida de soja*

*“La montaña es el intento de la tierra por no olvidarse del cielo”*


*Xavier Meloni*

## To Eat

**César Salad** Lettuce, chicken, cherry tomato, croutons, parmesan and tartar sauce 7€


**Solius Salad:** Lettuce, carrot, cherry tomato, dried fruit and basil oil. 7€  

**Sandwich Club:** pan de molde, jamón de york, queso, lechuga, tomate y mayonesa, 6€

**Sándwich Vegetal:** Seed bread, mayonnaise, lettuce, tomato, carrot, cucumber and onion 6€ 

**Beetroot gazpacho with black sesame seeds.** 5.5€   

**Sobrasada and brie cheese hot sandwich** 6€

**Escalibada hot sandwich.** Bell pepper, onion and aubergine grille. 6€ 

**Natural yogurt with fresh fruits and nuts.** 5.5€ 

**Fresh fruits salad.** 5€   

## To Drink

Green Smoothie Apple, cucumber, lemon and ginger 5.5€

Strawberry Smoothie 5.5€

Melon and yogurt Smoothie 5.5€

Natural orange juice 5.5€

Natural pineapple juice 5.5€

Espresso coffee 1.5€

American coffee 1.5€

Iced coffee 1.6€

Coffee with milk 1.9€

Espresso with a bit of milk 1.6€

Espresso with a bit of milk and ice 1.7€

Teas and infusions 2€

Glass of wine "Vella Lola" black, pink or white 3.9€



*\*All smoothies and coffees can be made with cow's milk or soy drink*

*"Nobody remembers what you said, some remember what you did, but everyone remembers what you made them feel."*


*Maya Angelou*

## A manger

**Salade César:** laitue, poulet, tomate cerise, croûtons, parmesan et sauce tartare 7€


**Salade Solius:** laitue, carotte, tomate cerise, noix et huile de basilic 7€  

**Sandwich Club:** pain moulé, jambon doux, fromage, laitue, tomate et mayonnaise 6€

**Sandwich Végétal:** pain de moisissure, mayonnaise, laitue, tomate, carotte, concombre et oignon. 6€ 

**Gaspacho de betterave aux graines de sésame noir.** 5.5€   

**Sandwich à la sobrasada chaud et fromage brie** 6€

**Sandwich escalivada chaud.** Poivron, oignon et aubergine Grillé. 6€ 

**Yaourt nature aux fruits frais et noix** 5.5€ 

**Salade de fruits naturels.** 5€   

## A Boire

Smoothie vert: pomme, concombre, citron et gingembre 5.5€

Smoothie à la fraise 5.5€

Smoothie au melon et au yaourt 5.5€

Jus d'orange naturel 5.5€

Jus d'ananas naturel 5.5€

Cafè espresso 1.5€

Cafè américain 1.5€

Cafè glacé 1.6€

Cafè au lait 1.9€

Cafè noisette 1.6€

Cafè noisette glacé 1.7€

Thés et infusions 2€

Verre de vin "Vella Lola" noir, rouge ou blanc 3.9€

*\* Tous les smoothies et cafés peuvent être préparés avec du lait de vache ou du soja*

*"Les principaux problèmes environnementaux sont l'égoïsme, la cupidité et l'apathie et, pour y faire face, nous avons besoin d'une transformation spirituelle et culturelle. Et les scientifiques ne savent pas comment le faire. "*

*James Gustave Speth*