



En aquest curs **Cuina Justa serà l'empresa de càtering encarregada del menú dels vostres fills.** A Cuina Justa, l'empresa de economia social de la Fundació Cassià Just tenim la missió d'inserir persones d'especial fragilitat (salut mental i risc d'exclusió social) a l'entorn laboral, alhora que oferir un menjar d'alta qualitat. La nostra missió com a empresa social es:

- **Qualitat en les persones**
- **Qualitat en el servei i en els productes**

Mitjançant un treball artesanal de productes exclusivament naturals oferim un servei de qualitat en el menjar i amb la màxima garantia de seguretat i higiene.



**Cuina artesana i de proximitat són els principals eixos de la nostra proposta:** Contribuïm a l'equilibri nutricional i a una dieta basada en la dieta mediterrània, fomentant la conservació del medi ambient a través de bones pràctiques: productes km0, fomentar proveïdors locals, i practicant una bona gestió de residus.

## CONFECCIÓ DELS MENÚS

El nostre propi equip de cuiners, juntament amb la nostra dietista-nutricionista (Gemma Oña N° de col·legiada:CAT000781), elaboren 2 cicles de menús de 5 setmanes: **un d'estiu i un altre d'hivern**, i intentant de no repetir una estructura fixa de dia – tipus de plat.

La diferenciació entre estiu i hivern ens ajuda també per què podem incorporar productes de temporada (**disposem d'hort propi al Parc Agrari del Baix Llobregat**).

Aquests menús es dissenyen per assolir un **equilibri dietètic** entre els diferents aliments, l'aportació de les calories necessàries per a una correcta nutrició i tenint present també la satisfacció dels comensals a nivell organolèptic.

El disseny dels nostres menús es basa en les Guies de Nutrició de l'Agència de Salut Pública de Catalunya. La **frequència de consum** dels diferents grups d'aliments dels nostres menús es basen en aquestes recomanacions.

*alimenta la teva vida solidàriament  
alimenta tu vida solidariamente  
enrich your life by helping others*



**100%**  
**saludable,  
fet a mà  
i solidari**