



Queridas familias,

Nos presentamos: Somos Cocoa, una cafetería Family Friendly/ welcome ubicada en Carrer Lepant 241 de Barcelona.

Somos una cafetería/ brunch donde además de ofrecer un espacio adaptado y pensado para familias con niños, nuestro concepto se basa en la alimentación saludable, con en opciones frescas, saludables y hechas al momento. Llevamos 2 años con nuestro espacio en Barcelona y seguimos abriendo caminos con este proyecto.

Dentro de nuestra propuesta gastronómica, también ofrecemos catering para eventos y celebraciones, manteniendo siempre un enfoque saludable y hecho en casa, con mucho mimo, evitando los fritos y harinas refinadas e industriales en nuestras propuestas.

Desde nuestro espacio queremos ofrecer a la Escuela Media Luna una opción de catering más cuidado y adaptado a las necesidades de los pequeños de 0-4 años, tomando en cuenta los tipos de alimentos que se adaptan a la metodología Montessori, en este caso en BLW, así como aquellos que aportan a una base nutricional que les beneficiará en su desarrollo a lo largo de los años en donde el paladar de los bebes y niños pequeños se irá adaptando a las diferentes propuestas que reciben.

BLW no es solo una forma de ofrecer alimentos a los más pequeños, sino que también les dará la oportunidad de explorar distintas texturas y sabores para su mayor aceptación en el futuro y reforzará la motricidad fina.

Es importante que la alimentación en casa también goce de una gran variedad de alimentos saludables y de temporada para cubrir las necesidades nutricionales de los niños.

En Cocoa sabemos la importancia de que los niños y niñas coman alimentos sanos, con proteína de calidad, carbohidratos completos y una gran variedad de frutas y vegetales, es por ello que la elaboración de nuestros menús encontrará todo lo necesario para cumplir con los requerimientos diarios nutricionales.

Seleccionaremos los productos de temporada y haciendo las combinaciones necesarias, en ellas podrán tener proteína, carbohidratos completos, vegetales y fruta. Algunos ejemplos a continuación:

Proteínas vegetales completas, tales como: soja, quínoa, garbanzo, alubias blancas y negras, semillas de chía. Combinadas con fuentes ricas en vitamina C para su mayor absorción: brócoli, tomate, fresas, zumo de limón, perejil, y cualquier otra fruta o verdura fresca en general.

Proteína animal: Carne de ternera, pollo, pavo, cerdo, pescados blancos.

Carbohidratos complejos: arroz, pasta y cereales integrales, repollo, brócoli y coliflor.

De esta manera, crearemos propuestas diferentes en sabor y color, permitiendo un mayor equilibrio nutricional y del disfrute de los pequeños.

Esperamos que nuestra propuesta sea de vuestro interés y cualquier duda estamos a la entera disposición de ayudarles.

Un saludo cordial,

Yenly García,

Cocoa Cafeteria