



ME NÚ

SEMANAL

HACÉ TU PEDIDO AL:
4224 4030
WHATSAPP
092 225 000

www.vie.com.uy
@viefrescogourmet
@viefresco

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

ESTÁNDAR

Milanesas caseras de suprema de pollo a la napolitana, acompañadas con puré natural de papa y dip de salsa césar. 550-600 Kcal

APTO DIABÉTICOS | VEGANO | SIN HUEVO | KETO
SIN GLUTEN | SIN LACTOSA | VEGETARIANO

Canelones caseros de carne magra, verduras de estación a la plancha, espinaca y ricota, con salsa de tomates rústicos y parmesano. 650-700 Kcal.

APTO DIABÉTICOS | VEGANO | SIN HUEVO | KETO
SIN GLUTEN | SIN LACTOSA | VEGETARIANO

Tacos caseros de suprema de pollo asadas con verduras a la plancha, huevo duro de campo, salsa criolla y mayonesa de palta, acompañados con boniatos en bastones al romero y salsero a elección. 550 - 600 Kcal.

APTO DIABÉTICOS | VEGANO | SIN HUEVO | KETO
SIN GLUTEN | SIN LACTOSA | VEGETARIANO

LIGHT

BAJO EN SODIO Y CALORÍAS
Hamburguesas caseras de carne con salsa de calabaza y almendras, acompañadas de zucchini, calabaza y cebollines asados. 500-550kcal

APTO DIABÉTICOS | VEGANO | SIN HUEVO | KETO
SIN GLUTEN | SIN LACTOSA | VEGETARIANO

BAJO EN SODIO Y CALORÍAS
Suprema de pollo con salsa de palta y tomates cherrys asados, acompañada con puré de calabaza y cilantro. 400-500 Kcal.

APTO DIABÉTICOS | VEGANO | SIN HUEVO | KETO
SIN GLUTEN | SIN LACTOSA | VEGETARIANO

BAJO EN SODIO Y CALORÍAS
Miniaturas de pescado fresco al horno, acompañadas con verduras de estación a la plancha con aceite de coco, y dip con salsa de alioli liviano. 450-500Kcal.

APTO DIABÉTICOS | VEGANO | SIN HUEVO | KETO
SIN GLUTEN | SIN LACTOSA | VEGETARIANO

NATURAL

SIN SAL AGREGADA
Suprema de pollo asada con salsa cremosa liviana de zanahoria, brócoli asado y almendras, acompañada con puré de calabaza y cilantro fresco. 400- 450 Kcal.

APTO DIABÉTICOS | VEGANO | SIN HUEVO | KETO
SIN GLUTEN | SIN LACTOSA | VEGETARIANO

SIN SAL AGREGADA
Croquetas de carne, queso magro y cebolla caramelizada, acompañadas con verduras de estación a la plancha y salsero con mayonesa de palta. 450-500 Kcal.

APTO DIABÉTICOS | VEGANO | SIN HUEVO | KETO
SIN GLUTEN | SIN LACTOSA | VEGETARIANO

SIN SAL AGREGADA
Milanesas caseras de suprema de pollo empanada con cereales, acompañadas con puré de zapallo y brócoli, con dip a elección.550-600 Kcal.

APTO DIABÉTICOS | VEGANO | SIN HUEVO | KETO
SIN GLUTEN | SIN LACTOSA | VEGETARIANO

VEGGIE

VEGETARIANO LUNES A MIÉRCOLES

Buñuelos de espinaca de queso magro y almendras, acompañados de zucchini, calabaza y cebollines asados, con dip a elección.400-450Kcal.

APTO DIABÉTICOS | VEGANO | SIN HUEVO | KETO
SIN GLUTEN | SIN LACTOSA | VEGETARIANO

VEGAN LUNES A MIÉRCOLES

Pasta Mediterránea con tomates secos, garbanzos salteados y aceitunas negras. 550-600 Kcal.

APTO DIABÉTICOS | VEGANO | SIN HUEVO | KETO
SIN GLUTEN | SIN LACTOSA | VEGETARIANO

SEMANA DEL 15 AL 20 DE DICIEMBRE

JUEVES

VIERNES

SABADO

ESTÁNDAR

Milanesas caseras de carne magra al horno con queso danbo, acompañadas con puré de calabaza y oliva orgánico, y dip con salsa alioli. 550-600 Kcal.

APTO DIABÉTICOS | VEGANO | SIN HUEVO | KETO
SIN GLUTEN | SIN LACTOSA | VEGETARIANO

Suprema de pollo al horno a la napolitana con tomates cherrys asados, acompañadas boniato zanahoria con romero y sal marina, y dip de salsa de palta. 450-500 kcal.

APTO DIABÉTICOS | VEGANO | SIN HUEVO | KETO
SIN GLUTEN | SIN LACTOSA | VEGETARIANO

Paella mixta de mariscos, arroz japonés y verduras de estación. 500-550kcal.

APTO DIABÉTICOS | VEGANO | SIN HUEVO | KETO
SIN GLUTEN | SIN LACTOSA | VEGETARIANO

LIGHT

BAJO EN SODIO Y CALORÍAS
Quesadillas caseras de suprema de pollo asadas con verduras a la plancha, queso magro, huevo duro de campo, tomate cherry asado y palta, acompañadas de boniatitos al horno con tomillo fresco.450-500Kcal.

APTO DIABÉTICOS | VEGANO | SIN HUEVO | KETO
SIN GLUTEN | SIN LACTOSA | VEGETARIANO

BAJO EN SODIO Y CALORÍAS
Zapallitos rellenos de carne gratinados con queso magro, acompañados con verduras de estación a la plancha con huevo tipo poché. 400-450 Kcal.

APTO DIABÉTICOS | VEGANO | SIN HUEVO | KETO
SIN GLUTEN | SIN LACTOSA | VEGETARIANO

BAJO EN SODIO Y CALORÍAS
Nuggets caseras de suprema de pollo empanadas con cereales, acompañadas con puré de calabaza, zanahoria y cebollas asadas, con dip de salsa a elección. 450-500Kcal.

APTO DIABÉTICOS | VEGANO | SIN HUEVO | KETO
SIN GLUTEN | SIN LACTOSA | VEGETARIANO

NATURAL

SIN SAL AGREGADA
Canelones caseros de carne magra, verduras de estación a la plancha, espinaca y ricota, con salsa de tomates rústicos y parmesano. 650-700 Kcal.

APTO DIABÉTICOS | VEGANO | SIN HUEVO | KETO
SIN GLUTEN | SIN LACTOSA | VEGETARIANO

SIN SAL AGREGADA
Milanesas caseras de pescado fresco, acompañadas con timbal de arroz integral japonés, zapallo y brócoli a la plancha con aceite de coco, con dip de alioli liviano. 500-550 Kcal.

APTO DIABÉTICOS | VEGANO | SIN HUEVO | KETO
SIN GLUTEN | SIN LACTOSA | VEGETARIANO

SIN SAL AGREGADA
Soufflé de salmón asado con huevo de campo y verduras de estación, acompañada con boniatitos al horno y dip de salsa a elección. 450-500 Kcal.

APTO DIABÉTICOS | VEGANO | SIN HUEVO | KETO
SIN GLUTEN | SIN LACTOSA | VEGETARIANO

VEGGIE

VEGETARIANO JUEVES A SÁBADO

Tortilla tipo babe de papas, boniatos y cebolla caramelizada, con huevos de pastoreo, acompañada con verduras y tomates cherrys confitados, con salsero a elección. 550-600Kcal.

APTO DIABÉTICOS | VEGANO | SIN HUEVO | KETO
SIN GLUTEN | SIN LACTOSA | VEGETARIANO

VEGAN JUEVES A SÁBADO

Focaccia de masa madre con seitán a la plancha con aceite de oliva orgánico, queso crema con ciboulette, tomates frescos, rúcula, hongos salteados, cebolla caramelizada y salsa alioli, acompañadas de bastones de papas con perejil fresco.550-600 Kcal.

APTO DIABÉTICOS | VEGANO | SIN HUEVO | KETO
SIN GLUTEN | SIN LACTOSA | VEGETARIANO

SEMANA DEL 15 AL 20 DE DICIEMBRE