



MENÚ SEMANAL | \$ 408

DEL 17 AL 22 DE AGOSTO

HACÉ TU PEDIDO A:

📞 4224 4030

📞 092 225 000

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
ESTÁNDAR	Suprema de pollo al horno a la napolitana con lomito canadiense, acompañada con puré natural de papas y perejil fresco, con dip de salsa César. 450-500Kcal. SIN GLUTEN	Tacos de carne asada marinada, tomate, cebollas asadas, palta, huevo y salsa alioli, con boniatitos al horno. 650-700Kcal SIN GLUTEN	HOY TENES 2 MENÚS PARA ELEGIR. CONSULTA LAS OPCIONES DEL DIA.	Pastel de carne magra con calabaza y puré de papas con parmesano y gratinado con mozzarella fresca. 500-550Kcal. SIN GLUTEN	Milanesas caseras de suprema de pollo a la napolitana, acompañadas de zucchini, calabaza y cebollines asados, con salsa alioli. 400-450Kcal. SIN GLUTEN / KETO / APTO DIABÉTICO
LIGHT	Milanesas caseras de carne al horno rebozadas con cereales, acompañada con puré de zapallo y dip de salsa criolla. 450-500Kcal. APTO DIABÉTICOS / SIN GLUTEN / KETO	Miniaturas caseras de pescado fresco rebozadas con semillas y cereales, con arroz integral, zucchini y cebollas asadas, con dip de mayonesa de palta. 400-450Kcal. APTO DIABÉTICOS / SIN GLUTEN	Hamburguesas caseras de carne magra a la napolitana, con puré de calabaza y cebollas asadas con oliva. 400-450Kcal APTO DIABÉTICOS / KETO / SIN GLUTEN	Canelones caseros verdes de suprema de pollo asada, zucchini, espinaca fresca y ricota, gratinados con tomates asados y queso magro. 450-500Kcal. APTO DIABÉTICOS / SIN GLUTEN	Croquetas caseras rellenas de carne, queso magro, ricota y tomate fresco, con arroz integral y verduras, con dip de mayonesa de palta. 450-500Kcal. SIN GLUTEN / APTO DIABÉTICO
NATURAL	Suprema de pollo con salsa de espinaca y almendras, acompañada con arroz integral y verduras de estación con aceite de oliva. 500-550Kcal. SIN GLUTEN / APTO DIABÉTICO	Pastel de carne magra con puré de calabaza gratinado con cebolla caramelizada y quesos magros. 400-450Kcal. APTO DIABÉTICOS / SIN GLUTEN / KETO	Tacos caseros con salmón asado, huevo de campo, tomates, repollo salteado y salsa alioli, con boniatos al romero. 500-550Kcal. SIN GLUTEN / SIN LACTOSA	Strogonoff de pollo, con salsa liviana de mostaza y hongos, con arroz integral, calabaza, zucchini y cebollas asadas. 500-550Kcal. SIN GLUTEN / APTO DIABÉTICO	Milanesas caseras de carne gratinados con queso magro y tomates asados, acompañadas con puré natural de calabaza y dip con salsa César. 450-500Kcal. SIN GLUTEN / APTO DIABÉTICO / KETO
KIDS	Tallarines de espinaca con salsa casera bolognesa de carne cortada y parmesano artesanal. Incluye: pancito de masa madre.	Nuggets caseras de suprema de pollo con parmesano, acompañadas con boniatos al horno y salsa a elección. Incluye: Galletitas sin gluten variadas. SIN GLUTEN	Milanesas caseras de carne a la napolitana con lomito canadiense, con puré natural de papas y oliva. Incluye: Brownie sin gluten SIN GLUTEN	Polenta con salsa bolognesa de carne magra y parmesano artesanal. Incluye: Galletitas saladas sin gluten. SIN GLUTEN	Raviolones de espinaca y ricota con salsa de quesos casera. Incluye: Pancito de masa madre.
VEGETARIANO	Milanesas de zucchini a la napolitana, acompañadas de papas y boniatos al horno con romero, y dip con salsa alioli. 500 - 550 Kcal VEGETARIANO / SIN GLUTEN	Milanesas de zucchini a la napolitana, acompañadas de papas y boniatos al horno con romero, y dip con salsa alioli. 500 - 550 Kcal VEGETARIANO / SIN GLUTEN	Milanesas de zucchini a la napolitana, acompañadas de papas y boniatos al horno con romero, y dip con salsa alioli. 500 - 550 Kcal VEGETARIANO / SIN GLUTEN	Croquetas caprese con huevos de campo, acompañadas con arroz integral y boniatos al horno, con dip de salsa alioli. 500 - 550 Kcal SIN GLUTEN I VEGETARIANO	Croquetas caprese con huevos de campo, acompañadas con arroz integral y boniatos al horno, con dip de salsa alioli. 500 - 550 Kcal. SIN GLUTEN I VEGETARIANO

	SÁBADO				
ESTÁNDAR	Chivito natural de pollo asado en pan casero, huevo de campo, palta, tomate, cebolla caramelizada y alioli, con boniatos al horno con romero. 550-600Kcal.				
LIGHT	Zapallitos rellenos de carne magra, gratinados con queso magro, acompañados con zucchini, zanahoria y cebollines asados. 450 - 500Kcal.			SIN GLUTEN / APTO DIABÉTICO / KETO	
NATURAL	Cazuela de lentejas, pollo, calabaza, zanahoria, boniatos, cebolla puerro y tomillo, con aceite de oliva extra virgen. 550-600Kcal.			SIN GLUTEN	



MENÚS DE "LA COCINA"

HACÉ TU PEDIDO A:

📞 4224 4030

📞 092 225 000

PROTEICO | \$468

Suprema de pollo, Bife de entrecot con huevo a la sartén, acompañado con opciones de puré de calabaza o con calabaza, zanahoria y cebollas asadas.

Opción vegana: tofu marinado.

500 - 550 kcal

Proteínas: 45 - 50 gr

APTO DIABÉTICOS | SIN GLUTEN

CRIOLLO | \$468

Bife de entrecot o de suprema de pollo con salsa a elección, acompañado con arroz integral mirokumai, tomates cherrys al oliva y nueces tostadas.

500 - 550 kcal

Proteínas: 45 - 50 gr

APTO DIABÉTICOS | SIN GLUTEN

VEGANO CASERO | \$398

Hamburguesa casera de lentejas, acompañada de ensalada de quinoa, laminas asadas de zanahoria, rúcula de huerta y tomates cherrys de huerta confitados con aceite de oliva y salsa casera a elección.

500 - 550 kcal

Proteínas: 45 - 50 gr

APTO DIABÉTICOS | SIN GLUTEN

PASTA LIVIANA | \$398

Spaghetti barilla con tomate cherrys confitados al oliva, albahaca huerta y aceite de oliva extra virgen, con elección de queso danbo o parmesano artesanales.

Sumale proteína a elección por \$98:

(Bife de entrecot, hamburguesa vegana casera o suprema de pollo).

500 - 550 kcal

Proteínas: 45 - 50 gr

VEGETARIANO | VEGANO

SOUFFLÉ DE QUESOS ARTESANALES | \$428

Tres (3) huevos revueltos, con quesos rallados, acompañados de ensaladita de tomate cherry de huerta, palta y rúcula, con salsa a elección.

500 - 550 kcal

Proteínas: 45 - 50 gr

APTO DIABÉTICOS | VEGANO | KETO

MILANESAS AL HORNO | \$468

Milanesas casera de suprema de pollo al horno (opción napolitana) con huevo al sartén, acompañadas con opción de puré o verduras. Dip de salsa a la elección.

500 - 650 kcal

Proteínas: 40 - 45 gr

APTO DIABÉTICOS | SIN GLUTEN



ARMÁ TU PLATO A TU GUSTO | \$478

1. ELIGE 1 PROTEÍNA:

- Hamburguesas x2 (80 gr carne picada casera 95% magra).
- Bife de entrecot (160 gr).
- Suprema de pollo (190 gr).
- Tofú marinado con soja (100 gr).
- Hamburguesa de lentejas casera.
- Huevos de free range x3.
- Extra opcional: Huevo free range +\$48.
- Extra proteína: +118

2. ELIGE 1 QUESO:

- Danbo feteado.
- Parmesano.
- Queso de Cebra.

3. ELIGE 1 CEREAL U OTRO:

- Quinoa.
- Arroz integral mirokumai.
- Couscous (contiene gluten).
- Spaguetti Italiano (contiene gluten).

4. ELIGE 3 INGREDIENTES:

- Garbanzos.
- Lentejas.
- Calabaza.
- Tomates cherrys al oliva.
- Rúcula.
- Almendras.
- Nueces.
- Cebolla colorada.
- Zanahoria.
- Morrón.
- Palta (1/2) +28

5. ELIGE 1 ADEREZO

- Alioli (contiene lactosa).
- César (contiene lactosa).
- Pesto con nueces.
- Barbacoa.
- Teriyaki.
- Mayonesa de palta.

FRESCO, RICO Y SANO
HECHO HOY

🌐 vie.com.uy
📱 viefrescogourmet
📧 @viefresco