

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES	
 ME NÚ SEMANTAL HACÉ TU PEDIDO AL: 4224 4030 WHATSAPP 092 225 000  vie.com.uy  viefrescogourmet  @viefresco	ESTÁNDAR	Milanesas caseras de suprema de pollo a la napolitana, acompañadas con puré de calabaza, con dip de salsa alioli. 550-600 Kcal	Lasagna casera de carne magra, verduras de estación a la plancha, espinaca y ricota, con salsa bolognesa y parmesano. 650-700 Kcal.	Milanesas de pescado fresco al horno, acompañadas con puré casero de papa y albahaca fresca, y dip con salsa a elección.450-500 Kcal.	
	LIGHT	BAJO EN SODIO Y CALORÍAS Zapallitos rellenos de carne gratinados con queso magro, acompañados con verduras de estación a la plancha con huevo tipo poche. 400-450kcal	BAJO EN SODIO Y CALORÍAS Suprema de pollo asada con salsa de espinaca y queso magro, acompañada de verduras de estación al horno con ghee casero. 450-500 Kcal.	BAJO EN SODIO Y CALORÍAS Canelones caseros de carne magra, con verduras de estación, espinaca y ricota, con tomate rústicos asados y queso magro. 450-500Kcal.	
	NATURAL	SIN SAL AGREGADA Albondigas caseras de carne con salsa de pesto suave, acompañadas de arroz integral con zucchini, zanahoria y cebollines asados. 500- 550 Kcal.	SIN SAL AGREGADA Milanesas caseras de suprema de pollo al horno, acompañadas con puré cremoso de calabaza y cebollas asadas,con dip de salsa de criolla. 500-550 Kcal.	SIN SAL AGREGADA Hamburguesas caseras de carne rellenas de queso magro, con salsa calabaza, acompañadas de verduras de estación al horno. 450-500 Kcal.	
	VEGGIE	VEGETARIANO LUNES A MIÉRCOLES Hamburguesa de lentejas, cebolla caramelizada y calabaza, a la napolitana, acompañadas con quinoa y verduras de estación al horno y dip a elección. 450-500Kcal.			
		VEGANO LUNES A MIÉRCOLES Wok de tofu, verduras de estación y arroz mirokumai con salsa de soja orgánica. 550-600 Kcal.			
SEMANA DEL 20 AL 25 DE OCTUBRE					

JUEVES		VIERNES		SABADO	
vie ME NÚ SEMANTAL	ESTÁNDAR	Tacos caseros de carne magra con verduras a la plancha, huevo duro, salsa criolla y mayonesa de palta, acompañados con boniatos en bastones al romero y salsero a elección. 550-600 Kcal.	Suprema de pollo a la napolitana con mozzarella fresca, parmesano y tomate cherrys asados, acompañada con puré de calabaza y dip con salsa criolla. 450-500 kcal.	Hamburguesas caseras de carne magra a la napolitana, acompañadas de papas al horno hechas con aceite de palta extra virgen y dip con salsa a elección. 550-600kcal.	
		APTO DIABÉTICOS VEGANO SIN HUEVO KETO SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO	APTO DIABÉTICOS VEGANO SIN HUEVO KETO SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO	APTO DIABÉTICOS VEGANO SIN HUEVO KETO SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO	
	LIGHT	BAJO EN SODIO Y CALORÍAS Milanesas caseras de pescado fresco, acompañadas con arroz integral japonés con calabazas y puerros asados, con dip de alioli. 500-550Kcal.	BAJO EN SODIO Y CALORÍAS Tacos caseros de carne magra, verduras a la plancha, huevo de pastoreo, salsa criolla y mayonesa de palta, acompañados de boniatos en bastones con perejil fresco. 550-600 Kcal.	BAJO EN SODIO Y CALORÍAS Suprema de pollo al horno con salsa de palta y almendras, acompañada con puré de calabaza y tomillo fresco. 400-450Kcal.	
		APTO DIABÉTICOS VEGANO SIN HUEVO KETO SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO	APTO DIABÉTICOS VEGANO SIN HUEVO KETO SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO	APTO DIABÉTICOS VEGANO SIN HUEVO KETO SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO	
NATURAL	SIN SAL AGREGADA Canelones caseros con verduras de estación, espinaca y ricota, con tomate cherrys confitados con oliva orgánico, queso magro y queso de cabra. 450-500 Kcal.	SIN SAL AGREGADA Suprema de pollo con salsa de curry y almendras tostadas, acompañada con puré de zanahoria y cebollas asadas. 450-500 Kcal.	SIN SAL AGREGADA Soufflé proteico de quesos con huevos de campo, espinaca, calabaza y cebolla caramelizada, acompañado de tomates y zanahoria asada, con dip de salsa a elección. 400-450 Kcal.		
	APTO DIABÉTICOS VEGANO SIN HUEVO KETO SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO	APTO DIABÉTICOS VEGANO SIN HUEVO KETO SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO	APTO DIABÉTICOS VEGANO SIN HUEVO KETO SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO		
VEGGIE	VEGETARIANO JUEVES A SÁBADO Milanesas de seitán a la napolitana con tomates cherrys confitados, acompañadas de puré cremoso de zapallo y coliflor, con dip a elección. 400-450Kcal.		APTO DIABÉTICOS VEGANO SIN HUEVO KETO SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO		
	VEGANO JUEVES A SÁBADO Hamburguesa de garbanzo, puerro y calabaza en un pan integral artesanal, con tomate, rúcula, cebolla caramelizada, morrones asados, puré de palta y salsa criolla, acompañada con boniatos al romero. 550-600 Kcal.		APTO DIABÉTICOS VEGANO SIN HUEVO KETO SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO		
SEMANTAL		SEMANTAL			
SEMANA DEL 20 AL 25 DE OCTUBRE		SEMANA DEL 20 AL 25 DE OCTUBRE			

HACÉ TU PEDIDO AL:
4224 4030
WHATSAPP
092 225 000

 vie.com.uy

 viefrescogourmet

 @viefresco