



ME NÚ

SEMANAL

HACÉ TU PEDIDO AL:
4224 4030
WHATSAPP
092 225 000

vie.com.uy
viefrescogourmet
@viefresco

LUNES

ESTÁNDAR

Suprema de pollo a la napolitana con jamón crudo, acompañado con puré de calabaza y cilantro y dip con salsa alioli. 500-550 Kcal.

APTO DIABÉTICOS VEGANO SIN HUEVO KETO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

LIGHT

BAJO EN SODIO Y CALORÍAS

Zapallitos rellenos de carne gratinados con queso magro, acompañados con arroz integral japonés, zucchini y brócoli asado. 400-450kcal

APTO DIABÉTICOS VEGANO SIN HUEVO KETO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

NATURAL

SIN SAL AGREGADA

Milanesas caseras de suprema de pollo, acompañadas con verduras de estación a la plancha con aceite de coco orgánico y dip con mayonesa de palta. 450- 500 Kcal.

APTO DIABÉTICOS VEGANO SIN HUEVO KETO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

VEGGIE

VEGETARIANO SEMANAL

Milanesas de zucchini a la napolitana, acompañadas con puré de verduras de raíces con naranja y jengibre, con dip de salsa alioli. 450-460Kcal.

APTO DIABÉTICOS VEGANO SIN HUEVO KETO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

VEGANO SEMANAL

Zapallitos rellenos de tofu grillado, calabaza asada y queso parmesano vegano, acompañados con puré cremoso de coliflor y zanahoria.400-450 Kcal.

APTO DIABÉTICOS VEGANO SIN HUEVO KETO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

SEMANA DEL 30 AL 05 DE JULIO

SOPA DE LUNES A MIÉRCOLES Sopa de Calabaza y jengibre.

MARTES

Quesadillas caseras de carne a cocción lenta con queso dambo, verduras de estación y mayonesa liviana de albahaca, con bastones de boniatos al tomillo. 600-650 Kcal.

APTO DIABÉTICOS VEGANO SIN HUEVO KETO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

BAJO EN SODIO Y CALORÍAS

Lasagna casera con verduras a la plancha y salmón asado, con ricota y espinaca, gratinada con salsa casera de tomates y queso magro. 550-600 Kcal.

APTO DIABÉTICOS VEGANO SIN HUEVO KETO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

SIN SAL AGREGADA

Hamburguesas caseras de carne magra con salsa de espinaca y nueces, acompañadas con puré de calabaza y perejil fresco 450-500 Kcal.

APTO DIABÉTICOS VEGANO SIN HUEVO KETO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

MIÉRCOLES

Miniaturas de pescado fresco al horno acompañadas con puré natural de papa y albahaca, incluye dip con salsa César 600-650 Kcal.

APTO DIABÉTICOS VEGANO SIN HUEVO KETO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

BAJO EN SODIO Y CALORÍAS

Tacos caseros sin gluten de carne asada, huevo de campo, verduras asadas, palta y alioli, acompañados con boniatos al horno con especias. 450-500Kcal.

APTO DIABÉTICOS VEGANO SIN HUEVO KETO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

SIN SAL AGREGADA

Suprema de pollo con salsa de quesos magros, acompañada de zapallo y zanahoria rústica al horno con romero. 450-500 Kcal.

APTO DIABÉTICOS VEGANO SIN HUEVO KETO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

JUEVES

ESTÁNDAR

Canelones caseros de de suprema de pollo asado, verduras de estación, espinaca y ricota, con salsa de tomates frescos y queso parmesano. 600-650 Kcal.

APTO DIABÉTICOS VEGANO SIN HUEVO KETO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

LIGHT

BAJO EN SODIO Y CALORÍAS

Albondigas caseras de carne rellenas de queso magro y cebolla caramelizada, acompañadas con puré de calabaza y cilantro, con dip de salsa de palta. 450-500Kcal.

APTO DIABÉTICOS VEGANO SIN HUEVO KETO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

NATURAL

SIN SAL AGREGADA

Tortilla con huevos de campo, calabaza, brócoli y puerro, acompañada con quinoa y tomates rústicos asados, con dip con mayonesa de palta. 500-550 Kcal.

APTO DIABÉTICOS VEGANO SIN HUEVO KETO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

VEGGIE

VEGETARIANO SEMANAL

Milanesas de zucchini a la napolitana, acompañadas con puré de verduras de raíces con naranja y jengibre, con dip de salsa alioli. 450-460Kcal.

APTO DIABÉTICOS VEGANO SIN HUEVO KETO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

VEGANO SEMANAL

Zapallitos rellenos de tofu grillado, calabaza asada y queso parmesano vegano, acompañados con puré cremoso de coliflor y zanahoria.400-450 Kcal.

APTO DIABÉTICOS VEGANO SIN HUEVO KETO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

SEMANA DEL 30 AL 05 DE JULIO

SOPA DE JUEVES Y VIERNES Sopa de zanahoria, espinaca y brócoli.

VIERNES

Milanesas caseras de entrecot a la napolitana, acompañadas de calabaza y zucchini asadas con ghee, con dip de salsa alioli.450-500kcal.

APTO DIABÉTICOS VEGANO SIN HUEVO KETO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

BAJO EN SODIO Y CALORÍAS

Suprema de pollo con salsa de curry y almendras, acompañados de zapallo y zanahoria a la plancha con aceite de palta extra virgen y tomillo fresco.450-500 Kcal.

APTO DIABÉTICOS VEGANO SIN HUEVO KETO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

SIN SAL AGREGADA

Lasagna casera de zucchini, calabaza, zanahoria, espinaca, acelga, ricota, con salsa bolognesa y queso magro. 500-550 Kcal.

APTO DIABÉTICOS VEGANO SIN HUEVO KETO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

SABADO

Ñoquis caseros sin gluten con salsa bolognesa de pollo asado y parmesano artesanal. 550-600kcal.

APTO DIABÉTICOS VEGANO SIN HUEVO KETO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

BAJO EN SODIO Y CALORÍAS

Tarta gallega con atún natural y verduras de estación, acompañada de ensalada de quinoa y tomate cherry confitados. 450-500Kcal.

APTO DIABÉTICOS VEGANO SIN HUEVO KETO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

SIN SAL AGREGADA

Milanesas caseras de carne a la napolitana, acompañadas con puré de zapallo y cilantro fresco. 450-500 Kcal.

APTO DIABÉTICOS VEGANO SIN HUEVO KETO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

HACÉ TU PEDIDO AL:
4224 4030
WHATSAPP
092 225 000

vie.com.uy
viefrescogourmet
@viefresco