



Vie LUNES

Menú del 15 al 20 de Abril



ESTÁNDAR

Lasagna casera sin gluten de carne magra, danbo, ricota y verduras a la plancha, gratinada con salsa de tomates frescos y parmesano.
600-650 Kcal

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

LIGHT

Bajo en Sodio y Calorías

Milanasas caseras de suprema de pollo empanadas con semillas, acompañadas con puré de calabaza y salsero con alioli light.
400-450 Kcal

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

VEGANO

Cazuela de lentejas, boniato, papa, calabaza, cebolla, zanahoria y choclo fresco.
500-550 Kcal

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

NATURAL

Sin Sal Agregada

Pastel de carne magra puré de calabaza y zanahoria, gratinado con queso magro.
475-525 Kcal

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

VEGETARIANO

Tallarines caseros de espinaca con salsa de quesos livianos, tomate cherry asado y albahaca fresca, con parmesano rallado.
600-650 Kcal

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO



MARTES



ESTÁNDAR

Tacos caseros integrales de pollo asado al limón, huevo duro, tomate fresco, verduras asadas y alioli, acompañados de boniatos al horno con romero.
650-700 Kcal

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

LIGHT

Bajo En Sodio Y Calorías

Canelones caseros sin gluten de carne magra, verduras asadas, espinaca y quesos livianos, con salsa casera de tomates.
500-550 Kcal

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

VEGANO

Croquetas de arroz integral con salsa cheddar vegana, acompañadas con arroz integral japonés, espinaca asada y nueces tostadas, salsero con alioli.
450-500 Kcal

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

NATURAL

Sin Sal Agregada

Suprema de pollo con salsa de maracuyá, acompañada con verduras a la plancha con aceite de coco orgánico.
450-500 Kcal

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

VEGETARIANO

Soufflé de quesos, zucchini, calabaza y espinaca fresca, acompañada con quinoa, zanahoria y tomate cherry, con un salsero de alioli light.
400-450 Kcal

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO



MIÉRCOLES



ESTÁNDAR

Miniaturas sin gluten de pescado fresco al horno acompañadas con puré natural de papa con ghee, y salsero con salsa César.
500-550 kcal.

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

LIGHT

Bajo En Sodio Y Calorías

Quesadillas integrales con suprema de pollo asada, queso magro, palta, huevo duro, zanahoria y zucchini a la plancha, con boniatos al romero y sal marina. Incluye salsero de mayonesa de palta. 500-550 Kcal

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

VEGANO

Hamburguesa de garbanzos, espinaca y remolacha, con puré suave de zanahoria y brócoli, con salsero de pesto casero.
400-450 kcal.

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

NATURAL

Sin Sal Agregada

Zapallitos relleno de carne magra con salsa blanca y queso magro, acompañados con puré de zapallo con aceite de oliva
500-550 kcal.

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

VEGETARIANO

Guiso de lentejas, boniato, papa, calabaza, cebolla, zanahoria y queso parmesano
500-550 kcal.

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

CON SAL SIN SAL



¿CÓMO HAGO MI PEDIDO?

4224 4030 / 092 255 000 / pedidos@vie.com.uy

vie.com.uy | [f](#) viefrescogourmet | [@](#) @viefresco



vie JUEVES

Menú del 15 al 20 de Abril



ESTÁNDAR

Suprema de pollo a la napolitana con lomito canadiense artesanal, acompañadas con arroz integral y verduras a la plancha. Incluye salsero con alioli.
550-600 kcal.

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

LIGHT

Bajo En Sodio Y Calorías

Pescado fresco al papillote con zucchini, cebolla y zanahoria, acompañado con puré de calabaza.
500-550 kcal.

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

VEGANO

Nuggets de tofu empanadas con cereales y especias, acompañadas con puré de papa con aceite de oliva y salsero con barbacoa.
400-450 kcal.

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

NATURAL

Sin Sal Agregada

Canelones verdes sin gluten caseros de suprema de pollo, verduras asadas, espinaca y queso magro, con salsa blanca liviana y de tomates casera.
500-550 kcal.

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

VEGETARIANO

Chivito natural de seitán a la plancha con aceite de coco orgánico, huevo duro, queso danbo, tomate fresco, rúcula, hongos asados y salsa alioli, en un pan tortuga integral, con papas al pimentón. 600-650 kcal.

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO



VIERNES



ESTÁNDAR

Pastel de carne magra con puré de calabaza y papas, gratinado con queso parmesano.
475-525 Kcal

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

LIGHT

Bajo En Sodio Y Calorías

Lasagna casera sin gluten de carne magra, zucchini, calabaza, brócoli a la plancha, ricota y queso magro, con salsa de blanca light y de tomates frescos.
450-500 kcal

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

VEGANO

Wok con seitán, verduras a la plancha y arroz integral japonés, con salsa teriyaki casera.
550-600 Kcal

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

NATURAL

Sin Sal Agregada

Milanesas de pescado fresco al horno rebozado con semillas, acompañado con puré de verduras asadas con Ghee, y salsero con mayonesa de palta.
500-550 Kcal

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

VEGETARIANO

Milanesas sin gluten de zucchini a la napolitana, con puré de calabaza y zanahoria, con salsa de guacamole.
500-550 Kcal

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO



SÁBADO



ESTÁNDAR

Raviolones cuatro quesos con salsa casera de tomates frescos y albahaca, y parmesano rallado.
600-650 kcal.

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

LIGHT

Bajo En Sodio Y Calorías

Zucchini rellenos de carne magra gratinados con salsa blanca y quesos, con quinoa y verduras a la plancha con ghee.
400-450 Kcal.

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

VEGANO

EL MENÚ VEGETARIANO DE HOY ES VEGANO!

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

NATURAL

Sin Sal Agregada

Tacos sin gluten con harina de almendras, relleno de carne, queso magro y verduras asadas, con boniatos al romero.
450-500 kcal.

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

VEGETARIANO

Hamburguesa de espinaca, remolacha y hongos, con puré de calabaza y zanahoria, con salsero de pesto casero
400-450 kcal.

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

SOPA DEL DIA: con o sin sal

CON SAL SIN SAL

CON SAL SIN SAL



¿CÓMO HAGO MI PEDIDO?

4224 4030 / 092 255 000 / pedidos@vie.com.uy

vie.com.uy | viefrescogourmet | @viefresco