



ME NÚ

SEMANAL

HACÉ TU PEDIDO AL:
4224 4030
WHATSAPP
092 225 000

vie.com.uy
viefrescogourmet
@viefresco

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

ESTÁNDAR

Suprema de pollo al horno con salsa de quesos artesanales, acompañada con puré natural de papa y oliva. **500-550 Kcal.**

APTO DIABÉTICOS VEGANO SIN HUEVO KETO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

Tacos caseros sin gluten de carne magra, huevo duro de campo, verduras asadas, tomates cherrys, cebolla caramelizada y mayo de palta, con boniatos al romero. **650-700 Kcal.**

APTO DIABÉTICOS VEGANO SIN HUEVO KETO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

HOY TENES 2 MENÚS ESTÁNDAR A ELECCIÓN.

CONSULTA Y RESERVA EL TUYO.

APTO DIABÉTICOS VEGANO SIN HUEVO KETO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

LIGHT

BAJO EN SODIO Y CALORÍAS

Milanesas caseras de carne a la napolitana con queso magro, acompañadas con puré de zapallo criollo y cilantro fresco. **400-450kcal**

APTO DIABÉTICOS VEGANO SIN HUEVO KETO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

BAJO EN SODIO Y CALORÍAS

Pollo al curry con leche de coco, arroz integral y verduras de estación a la plancha. **450-500 Kcal.**

APTO DIABÉTICOS VEGANO SIN HUEVO KETO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

BAJO EN SODIO Y CALORÍAS

Wok de carne magra con calabaza, zucchini, puerro, brócoli y zanahoria, con salsa de soja. **550-600Kcal.**

APTO DIABÉTICOS VEGANO SIN HUEVO KETO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

NATURAL

SIN SAL AGREGADA

Canelones verdes livianos de suprema de pollo, verduras de estación, espinaca fresca y quesos magros, gratinados. **450- 500 Kcal.**

APTO DIABÉTICOS VEGANO SIN HUEVO KETO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

SIN SAL AGREGADA

Estofado de carne con salsa de tomates casera y verduras variadas. **550-600 Kcal.**

APTO DIABÉTICOS VEGANO SIN HUEVO KETO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

SIN SAL AGREGADA

Suprema de pollo rellena con tomate fresco, queso magro y albahaca, rebozada con cereales y queso magro, acompañada de verduras de estación y dip con salsa a elección. **450-500 Kcal.**

APTO DIABÉTICOS VEGANO SIN HUEVO KETO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

VEGGIE

VEGETARIANO LUNES A MIÉRCOLES

Raviolones de calabaza y masa de espinaca, con salsa casera rosa liviana y parmesano rallado. **600-650Kcal.**

APTO DIABÉTICOS VEGANO SIN HUEVO KETO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

VEGANO LUNES A MIÉRCOLES

Panini de masa madre con tofu a la plancha con oliva, hummus de criolla Betabel, brotes, tomates asados, rúcula y cebolla caramelizada, acompañadas de boniato zanahoria al horno. **600-650 Kcal.**

APTO DIABÉTICOS VEGANO SIN HUEVO KETO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

SEMANA DEL 11 AL 16 DE MAYO

JUEVES

VIERNES

SABADO

ESTÁNDAR

Milanesas caseras de pollo empanadas con parmesano a la napolitana, acompañadas con verduras asadas y alsero con cesar. **400-450 Kcal.**

APTO DIABÉTICOS VEGANO SIN HUEVO KETO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

Chivito de focaccia de masa madre con carne asada, mozzarella fresca, huevo de campo, tomates fresco, rúcula con oliva, cebolla caramelizada y salsa alioli, con boniatos al horno con sal marina y tomillo fresco. **550-600 kcal.**

APTO DIABÉTICOS VEGANO SIN HUEVO KETO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

Nuggets caseras de muslo de pollo, acompañadas de puré natural de papas con albahaca, y dip de salsa alioli. **500-550kcal.**

APTO DIABÉTICOS VEGANO SIN HUEVO KETO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

LIGHT

BAJO EN SODIO Y CALORÍAS

Miniaturas de pescado fresco rebozadas con cereales, acompañada con puré cremoso de coliflor y puerro, con mayonesa de palta. **400-450Kcal.**

APTO DIABÉTICOS VEGANO SIN HUEVO KETO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

BAJO EN SODIO Y CALORÍAS

Milanesas caseras de suprema de pollo y gratinadas con queso magro y cherry asado, acompañadas con quinoa y verduras de estación al horno con aceite de coco orgánico y dip salsa criolla. **450-500 Kcal.**

APTO DIABÉTICOS VEGANO SIN HUEVO KETO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

BAJO EN SODIO Y CALORÍAS

Zapallitos rellenos de salmón asado gratinados con queso magro, acompañados con verduras de estación a la plancha. **450-500Kcal.**

APTO DIABÉTICOS VEGANO SIN HUEVO KETO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

NATURAL

SIN SAL AGREGADA

Pastel de carne magra, con puré de calabaza y zanahoria, gratinado. **400-450 Kcal.**

APTO DIABÉTICOS VEGANO SIN HUEVO KETO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

SIN SAL AGREGADA

Suprema de pollo con salsa de calabaza y queso magro, acompañada con puré de calabaza y cilantro fresco. **500-550 Kcal.**

APTO DIABÉTICOS VEGANO SIN HUEVO KETO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

SIN SAL AGREGADA

Tortilla de calabaza, espinaca, quesos artesanales y huevos de campo, con boniatos al horno y rúcula, con dip de mayonesa de palta. **400-450 Kcal.**

APTO DIABÉTICOS VEGANO SIN HUEVO KETO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

VEGGIE

VEGETARIANO JUEVES A VIERNES

Souffle proteico de quesos artesanales y huevos de campo con calabaza, espinaca y cebolla caramelizada, acompañado con boniatos al horno y dip con salsa de palta. **500-550Kcal.**

APTO DIABÉTICOS VEGANO SIN HUEVO KETO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

VEGANO JUEVES A VIERNES

Buñuelos de espinaca, acelga y queso rawmesan, acompañados con puré natural de papa y dip con salsa alioli. **400-450 Kcal.**

APTO DIABÉTICOS VEGANO SIN HUEVO KETO
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

SEMANA DEL 11 AL 16 DE MAYO

HACÉ TU PEDIDO AL:
4224 4030
WHATSAPP
092 225 000

vie.com.uy
viefrescogourmet
@viefresco