



ME NÚ

SEMANAL

HACÉ TU PEDIDO AL:
4224 4030
WHATSAPP
092 225 000

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

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

ESTÁNDAR

Milanesas caseras sin gluten de suprema de pollo a la napolitana con salsa de tomates y albahaca, con papa aplastada al oliva, sal marina y romero fresco. Incluye salsero de alioli. 600-650 Kcal.

APTO DIABÉTICOS | VEGANO | SIN HUEVO | KETO
SIN GLUTEN | SIN LACTOSA | VEGETARIANO

Lasagna casera de carne magra, verduras de estación, espinaca y queso danbo, gratinados con salsa de tomate fresco y parmesano. 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
Albóndigas caseras de carne magra con cebolla caramelizada, con salsa de espinaca y almendras, acompañadas de puré de calabaza y perejil fresco. 450-500kcal

APTO DIABÉTICOS | VEGANO | SIN HUEVO | KETO
SIN GLUTEN | SIN LACTOSA | VEGETARIANO

BAJO EN SODIO Y CALORÍAS
Suprema de pollo al horno con salsa de calabaza y avellanas tostadas, con verduras de estación a la plancha con aceite de coco. 450-500 Kcal.

APTO DIABÉTICOS | VEGANO | SIN HUEVO | KETO
SIN GLUTEN | SIN LACTOSA | VEGETARIANO

BAJO EN SODIO Y CALORÍAS
Milanesas sin gluten al horno de pescado fresco, acompañadas con puré de coliflor y calabaza, con dip de mayonesa de palta. 450-500Kcal.

APTO DIABÉTICOS | VEGANO | SIN HUEVO | KETO
SIN GLUTEN | SIN LACTOSA | VEGETARIANO

NATURAL

SIN SAL AGREGADA
Zucchini rellenos de carne gratinados con queso magro y cherrys confitados, con verduras de estación a la plancha con aceite de coco. 450- 500 Kcal.

APTO DIABÉTICOS | VEGANO | SIN HUEVO | KETO
SIN GLUTEN | SIN LACTOSA | VEGETARIANO

SIN SAL AGREGADA
Hamburguesas caseras de suprema de pollo a la napolitana, acompañadas con puré mixto de zapallo y zanahoria. 400-450 Kcal.

APTO DIABÉTICOS | VEGANO | SIN HUEVO | KETO
SIN GLUTEN | SIN LACTOSA | VEGETARIANO

SIN SAL AGREGADA
Croquetas de carne magra, queso y tomate, acompañadas de arroz integral, zucchini y cebollas asadas. Incluye dip con alioli. 500-550 Kcal.

APTO DIABÉTICOS | VEGANO | SIN HUEVO | KETO
SIN GLUTEN | SIN LACTOSA | VEGETARIANO

VEGGIE

VEGETARIANO LUNES A MIÉRCOLES

Focaccia de masa madre con tofu y verduras de estación salteadas al aceite de oliva con romero, queso dando, tomate fresco picado, huevo duro de campo, brotes y alioli de albahaca, acompañada de boniatos con dip de salsa alioli. 550-600Kcal.

APTO DIABÉTICOS | VEGANO | SIN HUEVO | KETO
SIN GLUTEN | SIN LACTOSA | VEGETARIANO

VEGAN LUNES A MIÉRCOLES

Croquetas de arroz integral, salsa de espinaca y almendras tostadas, acompañadas de puré de calabaza y perejil fresco, con dip de salsa de guacamole. 500-550 Kcal.

APTO DIABÉTICOS | VEGANO | SIN HUEVO | KETO
SIN GLUTEN | SIN LACTOSA | VEGETARIANO

SEMANA DEL 09 AL 14 DE FEBRERO

JUEVES

VIERNES

SABADO

ESTÁNDAR

Nuggets sin gluten caseras de suprema de pollo rellenas de queso danbo, acompañadas con puré de calabaza y oliva. Incluye dip con salsa céesar. 450-500 Kcal.

APTO DIABÉTICOS | VEGANO | SIN HUEVO | KETO
SIN GLUTEN | SIN LACTOSA | VEGETARIANO

Milanesas sin gluten de carne magra a la napolitana, acompañadas con verduras a la plancha con aceite de oliva y dip con salsa alioli. 450-500kcal.

APTO DIABÉTICOS | VEGANO | SIN HUEVO | KETO
SIN GLUTEN | SIN LACTOSA | VEGETARIANO

Chivito de focaccia de masa madre con pollo a la plancha con limón, huevo de campo, tomates frescos, rúcula con oliva y mayonesa casera de albahaca, con boniatos al horno con romero y sal marina. 550-600kcal.

APTO DIABÉTICOS | VEGANO | SIN HUEVO | KETO
SIN GLUTEN | SIN LACTOSA | VEGETARIANO

LIGHT

BAJO EN SODIO Y CALORÍAS
Pastel de carne cortada a cuchillo, zucchini, zanahoria y calabaza al horno con oliva, gratinado con tomates confitados y queso magro. 600-650Kcal.

APTO DIABÉTICOS | VEGANO | SIN HUEVO | KETO
SIN GLUTEN | SIN LACTOSA | VEGETARIANO

BAJO EN SODIO Y CALORÍAS
Suprema de pollo al horno con salsa de espinaca y queso magro, acompañadas con puré de zapallo y cebollas asadas. 500-550 Kcal.

APTO DIABÉTICOS | VEGANO | SIN HUEVO | KETO
SIN GLUTEN | SIN LACTOSA | VEGETARIANO

BAJO EN SODIO Y CALORÍAS
Tarta sin gluten gallega con atún natural, salmón asado y verduras de estación asadas, acompañada de boniatos al horno con romero y dip con mayonesa de palta. 400-450Kcal.

APTO DIABÉTICOS | VEGANO | SIN HUEVO | KETO
SIN GLUTEN | SIN LACTOSA | VEGETARIANO

NATURAL

SIN SAL AGREGADA
Tacos sin gluten caseros de pollo asado, verduras a la plancha, huevo de pastoreo y salsa de palta, acompañados de boniatos en bastones con perejil fresco. 550-600 Kcal.

APTO DIABÉTICOS | VEGANO | SIN HUEVO | KETO
SIN GLUTEN | SIN LACTOSA | VEGETARIANO

SIN SAL AGREGADA
Milanesas sin gluten al horno de pescado fresco rebozados con cereales y semillas, acompañadas con zucchini, calabaza y cebollas asadas, con dip de mayonesa de palta. 450-500 Kcal.

APTO DIABÉTICOS | VEGANO | SIN HUEVO | KETO
SIN GLUTEN | SIN LACTOSA | VEGETARIANO

SIN SAL AGREGADA
Hamburguesas caseras de carne gratinadas con queso magro, acompañadas con puré de calabaza y cilantro fresco. 450-500 Kcal.

APTO DIABÉTICOS | VEGANO | SIN HUEVO | KETO
SIN GLUTEN | SIN LACTOSA | VEGETARIANO

VEGGIE

VEGETARIANO JUEVES A SÁBADO

Milanesas de calabaza a la napolitana con tomates cherry confitados, acompañadas con puré de calabaza y perejil fresco, con dip de salsa alioli. 400-450Kcal.

APTO DIABÉTICOS | VEGANO | SIN HUEVO | KETO
SIN GLUTEN | SIN LACTOSA | VEGETARIANO

VEGAN JUEVES A SÁBADO

Quesadillas caseras con falafels a la plancha, queso danbo, huevo de campo, cebolla caramelizada y salsa alioli, acompañados de boniatos rústicos y dip con salsa alioli. 500-550 Kcal.

APTO DIABÉTICOS | VEGANO | SIN HUEVO | KETO
SIN GLUTEN | SIN LACTOSA | VEGETARIANO

SEMANA DEL 09 AL 14 DE FEBRERO