



ME NÚ

SEMANAL

HACÉ TU PEDIDO AL:
4224 4030
WHATSAPP
092 225 000

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

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

ESTÁNDAR

Milanesas caseras de pollo empanadas con cereales y parmesano, acompañadas con verduras rústicas al horno, tomates cherry, y dip con salsa casera a elección. 450-500 Kcal

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

Bifés de entrecot a la plancha con tomates rústicos y romero, acompañada con papa aplastada al horno con aceite de oliva orgánico y sal marina, con dip de salsa criolla. 550-600 Kcal.

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

Quesadillas caseras sin gluten de pollo asado, salsa de palta, tomate fresco picado, cebolla morada y mozzarella fresca, con boniatos al horno y dip con salsa alioli. 550 - 600 Kcal.

SIN GLUTEN | SIN LACTOSA

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

LIGHT

BAJO EN SODIO Y CALORÍAS

Zucchinis relleno de carne magra y cebolla caramelizada, gratinados con quesos livianos, acompañadas con puré de calabaza y cilantro fresco. 400-450kcal

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

BAJO EN SODIO Y CALORÍAS

Suprema de pollo con salsa de calabaza y almendras, acompañadas con zucchini, cebolla morada y boniatitos. 450-500 Kcal.

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

BAJO EN SODIO Y CALORÍAS

Pesca fresca a la plancha al limón con aceite de oliva orgánico y especias frescas, acompañadas con puré de calabaza asada. 400-450Kcal.

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

NATURAL

SIN SAL AGREGADA

Suprema de pollo al horno con salsa liviana de espinaca con leche de almendras, acompañadas con arroz integral japonés y verduras a la plancha. 450- 500 Kcal.

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

SIN SAL AGREGADA

Milanesas caseras de carne al horno, acompañadas con puré de calabaza y brócoli asado, con dip de guacamole. 400-450 Kcal.

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

SIN SAL AGREGADA

Tortilla proteica con zucchini, zapallo, puerro, espinaca asada, queso magro huevos de campo, acompañadas con ensaladita de verdes con cherry y manzana, con dip de salsa a elección. 400-450 Kcal.

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

VEGGIE

VEGETARIANO LUNES A MIÉRCOLES

Croquetas de arroz integral japonés, espinaca asada, queso magro y huevo de campo, acompañada con puré de calabaza y zucchini asado, con dip de mayonesa de palta. 450-500Kcal.

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

VEGANO LUNES A MIÉRCOLES

Hamburguesas caseras de calabaza, puerro y hongos frescos, acompañadas de boniatos dulces al horno con romero y dip con salsa alioli vegana. 550-600 Kcal.

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

SEMANA DEL 22 AL 27 DE DICIEMBRE

JUEVES

VIERNES

SABADO

ESTÁNDAR

¡Feliz navidad!

Nos reencontramos mañana!

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

Milanesas caseras al horno de carne crocantes empanadas con cereales, a la napolitana con tomate fresco, acompañadas con puré de calabaza y perejil fresco, con dip de salsa césar. 500-550 kcal.

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

Nuggets caseras al horno de suprema de pollo con parmesano, con salsa alioli, acompañadas de papitas en bastones con pimentón ahumado y sal marina. 550-600kcal.

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

LIGHT

BAJO EN SODIO Y CALORÍAS

¡Feliz navidad!

Nos reencontramos mañana!

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 nueces tostadas, acompañadas con verduras de estación asadas. 450-500 Kcal.

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

BAJO EN SODIO Y CALORÍAS

Hamburguesas caseras de carne a la napolitana, con verdes, tomate cherry y boniatos, con dip de mayonesa de palta. 450-500Kcal.

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

NATURAL

SIN SAL AGREGADA

¡Feliz navidad!

Nos reencontramos mañana!

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

SIN SAL AGREGADA

Croquetas de carne con cebolla caramelizadas y queso magro, acompañadas con zapallo y zanahoria rústica al horno con cilantro y oliva, con dip de salsa casera a elección. 450-500 Kcal.

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

SIN SAL AGREGADA

Suprema de pollo al horno con salsa de calabaza y puerro, con verduras asadas (zucchini, cebolla asada y brócoli). 450-500 Kcal.

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

VEGGIE

VEGETARIANO JUEVES A SÁBADO

Buñuelos de espinaca y queso danbo, acompañados con quinoa salteada y calabaza al horno, con cherry y salsa casera a elección. 400-450Kcal.

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

VEGANO JUEVES A SÁBADO

Falafels con salsa alioli, acompañados con boniatos al horno con romero y sal marina, con dip de salsa a elección de alioli o palta. 550-600 Kcal.

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

SEMANA DEL 22 AL 27 DE DICIEMBRE