



# vie LUNES

Menú del 23 al 28 de Octubre



## ESTÁNDAR

Milanesas caseras sin gluten de suprema de pollo rebozadas con parmesano acompañadas con puré de calabaza y brócoli con aceite de oliva, y salsero con César. 600-650 Kcal

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO  
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

## LIGHT

Bajo en Sodio y Calorías

Bifes de carne al horno con salsa de espinaca y almendras, acompañados de arroz integral japonés con zucchini y coliflor a la plancha con aceite de coco orgánico. 450-500 Kcal

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO  
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

## VEGANO

Chivito natural de tofu a la plancha con aceite de coco, lechuga tomate fresco, salsa cheddar, cebolla caramelizada y alioli vegano, en un pan tortuga integral, con papas con sal marina y romero. 600-650 Kcal

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO  
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

## NATURAL

Sin Sal Agregada

Pastel de carne magra con puré de calabaza y zanahoria, gratinado con queso magro. 450-500 Kcal

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO  
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

## VEGETARIANO

Raviolones de calabaza, con salsa de quesos y parmesano rallado con perejil fresco. 600-650 Kcal

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO  
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO



# MARTES



## ESTÁNDAR

Tacos caseros de carne asada, palta, huevo duro, verduras asadas y alioli, acompañados de papas al horno con romero. 650-700 Kcal

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO  
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

## LIGHT

Bajo En Sodio Y Calorías

Suprema de pollo con salsa de quesos livianos y tomate cherrys asados, acompañada con pure de calabaza y aceite de oliva. 500-550 Kcal

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO  
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

## VEGANO

Hamburguesa de garbanzos, calabaza y brocoli, con arroz integral japonés, verduras a la plancha con aceite de coco y salsero con guacamole casero 500-550 Kcal

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO  
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

## NATURAL

Sin Sal Agregada

Lasagna casera con zucchini, zanahoria, espinaca, acelga, ricota y queso magro, con salsa blanca y de tomates. 450-500 Kcal

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO  
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

## VEGETARIANO

Guiso de lentejas, boniato, calabaza, cebolla, zanahoria, choclo y parmesano rallado. 500-550 Kcal

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO  
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO



# MIÉRCOLES



## ESTÁNDAR

Milanesas caseras de pescado fresco al horno, acompañadas con puré de papa y perejil fresco, con mayonesa de palta. 550-600 kcal.

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO  
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

## LIGHT

Bajo En Sodio Y Calorías

Canelones sin gluten de verduras a la plancha con aceite de coco, espinaca y quesos livianos, con salsa casera de tomates. 500-550 Kcal

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO  
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

## VEGANO

Berenjenas y zanahoria a la italiana con salsa casera de tomates, hongos frescos y queso parmesano vegano. 450-500 kcal.

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO  
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

## NATURAL

Sin Sal Agregada

Bifecitos de suprema de pollo asada con salsa de quesos livianos, acompañados con puré de brócoli y zanahoria. 500-550 kcal.

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO  
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

## VEGETARIANO

Soufflé de zucchini, puerro y queso parmesano, acompañado de verdes y cherrys con oliva y salsero con alioli. 400-450 kcal.

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO  
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO



¿CÓMO HAGO MI PEDIDO?

4224 4030 / pedidos@vie.com.uy

vie.com.uy | viefrescogourmet | @viefresco



# Vie JUEVES

Menú del 23 al 28 de Octubre



## ESTÁNDAR

Lasagna casera sin gluten con suprema de pollo asada, danbo, espinaca y verduras a la plancha, gratinada con salsa de tomates frescos y salsa de quesos.  
600-650 kcal.

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO  
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

## LIGHT

Bajo En Sodio Y Calorías

Zapallitos rellenos de carne magra gratinados con salsa blanca y quesos, con puré casero de zapallo y zanahoria.  
400-450 kcal.

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO  
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

## VEGANO

Quesadillas integrales caseras con garbanzos, tomate cherry asado, verduras asadas con aceite de coco y guacamole, con papitas al pimentón.  
600-650 kcal.

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO  
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

## NATURAL

Sin Sal Agregada

Pescado fresco al horno rebozadas con semillas, acompañado con arroz integral japonés con azafrán y zucchini asado, con salsero de mayonesa de palta.  
500-550 kcal.

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO  
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

## VEGETARIANO

Tarta casera sin gluten de calabaza, espinaca, hongos y cebolla caramelizada, con boniatitos con salsero de salsa César.  
500-550 kcal.

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO  
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO



# VIERNES



## ESTÁNDAR

Milanesas caseras sin gluten de carne a la napolitana con salsa de tomates casera, acompañadas con puré de zapallo y aceite de oliva, con salsero de alioli.  
550-600 Kcal

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO  
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

## LIGHT

Bajo En Sodio Y Calorías

Suprema de pollo al horno con salsa de frutos rojos y almendras, acompañada con quinoa, cebolla y calabaza asada.  
450-500 kcal

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO  
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

## VEGANO

Paella de verduras variadas, tofu con aceite de coco, hongos frescos y arroz integral japonés con azafrán.  
550-600 Kcal

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO  
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

## NATURAL

Sin Sal Agregada

Tarta casera tipo gallega sin gluten con atún al natural, acompañada de boniatitos y tomates cherry al pesto.  
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 oliva, danbo, huevo duro, tomate fresco, morrón caramelizado y salsa alioli de albahaca, en un pan tortuga integral, con papas al romero. 600-650 Kcal

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO  
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO



# SÁBADO



## ESTÁNDAR

Chivito natural de suprema de pollo asado, lechuga, tomate, cebolla crispy, danbo, huevo duro y alioli, con pan casero y papas rústicas al horno.  
700-750 kcal.

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO  
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

## LIGHT

Bajo En Sodio Y Calorías

Hamburguesas caseras de carne magra con cebolla caramelizada y queso magro, con puré de verduras asadas y salsero con guacamole.  
550-600 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

Wok de carne con verduras a la plancha con aceite de oliva y arroz integral japonés, con salsero con teriyaki casera.  
650-700 kcal.

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO  
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO

## VEGETARIANO

Hamburguesa de garbanzos, brócoli y zanahoria, con arroz integral japonés, verduras a la plancha con aceite de coco y salsero con mayonesa vegana.  
500-550 kcal.

APTO DIABÉTICOS KETO VEGANO SIN HUEVO  
SIN GLUTEN SIN LACTOSA VEGETARIANO



¿CÓMO HAGO MI PEDIDO?

4224 4030 / pedidos@vie.com.uy

vie.com.uy | viefrescogourmet | @viefresco