



LUN

MAR

MIÉR

JUE

	MENÚ SALUDABLE	MENÚ VEGETARIANO	MENÚ DEL DÍA	MENÚ OPCIONAL	POSTRE CON AZÚCAR	POSTRE SIN AZÚCAR
	Raviolones de calabaza en masa verde en salsa mediterranea	Soufflé de espinaca y queso magro con ensalada capresse (tomate. albahaca y queso)	Hamburguesas con muzzarella gratinada acompañadas de boniatos y papines asados	Chop suey de pollo y vegetales (cebolla, morrón, zanahoria, repollo blanco) acompañado de arroz blanco	Flan de vainilla con dulce de leche	Tarta de manzana
	Pastel de calabaza y carne gratinado con mix de verdes (lechuga, espinaca y rúcula) y parmesano.	Wraps vegetales con ensalada coleslaw.	Cerdo agridulce al estilo asiático (bondiola en cubo salteada con vegetales, salsa de soja endulzada, salsa tabasco y especias) acompañada con arroz al puerro.	Tallarines caseros en salsa de tomate natural o salsa carbonara	Chajá de durazno	Flan moka con ddl

VIE

SÁB

DOM

MENÚ SALUDABLE	MENÚ VEGETARIANO	MENÚ DEL DÍA	MENÚ OPCIONAL	POSTRE CON AZÚCAR	POSTRE SIN AZÚCAR
Tortilla de vegetales con queso fundido, acompañada de arroz al puerro.	Croquetas de arroz queso y cebolla ensalada tabule (cous cous, tomate, pepino, cebolla, perejil y jugo de limón).	Chivito de pollo al plato (finito de pollo, jamón, queso, huevo, ensalada rusa, fritas, ensalada mixta).	Canelones rellenos de humita (maíz dulce, crema de maíz y panceta crocante) en salsa bechamel.	Lemon pie	Crema de chocolate con ddl
Lasagna rellena de espinaca y vegetales grillados en salsa bechamel y filetto.	Calabaza rellena de ricota, ciboulette y vegetales gratinados con boniatos asados.	Milanesas de jamón y queso con puré de papas en especias.		Arrollado de dulce de leche	Flan de coco con ddl
Ravioles caseros rellenos de verdura (acelga, morrón, cebolla) con salsa pomarola.	Calzone vegetariano con papas rústicas y hierbas.	Pollo en crema de curry con arroz salteado (cebolla y morrón).		Salchichón de chocolate con ddl	Crema de vainilla con ddl

PROMO EMPANADAS: 2 Empanadas + 2 Ensaladas \$206

PROMO EMPANADAS PARA CASA: 6 Empanadas \$402

PROMO TARTA: 1 Tarta + 2 Ensaladas \$206

PROMO TARTA PARA CASA: 1 Tarta entera u 8 porciones a elección \$793

CONTACTO: 2487-2319 INT. 117



LUN

MAR

MIÉR

JUE

	MENÚ SALUDABLE	MENÚ VEGETARIANO	MENÚ DEL DÍA	MENÚ OPCIONAL	POSTRE CON AZÚCAR	POSTRE SIN AZÚCAR
	Milanesas de berenjena al horno con espinaca al graten	Pastel de acelga y calabaza acompañado de ensalada remolacha y zanahoria cocida.	Sorrentinos caseros rellenos de jamón y queso en salsa amatriciana (salsa de tomate, cebolla, panceta, especias).	Bondiola a la pizza (salsa de tomate y muzzarela fundida) con boniatos asados	Torta de choco maní	Gelatina con frutas sin azúcar.
	Canelones de verdura (espinaca, cebolla y Morrón) en salsa cremosa de hierbas.	Strudel de vegetales salteados (cebolla, zapallito, zucchini, Morrón) con calabaza asada.	Posta de pescado en crema de puerros acompañado de arroz chow fan (huevo revuelto, jamón, cebollita de verdeo).	Panchos texanos (Frankfurter en queso fundido, jamón panceta salteada, huevo a la plancha) con puré	Crumble de manzana.	Crema de limón
	Pastel de calabaza y pollo con ensalada mixta	Souffle de brócoli y zanahoria con ensalada de quinoa (quinoa, Morrón, zanahoria, zucchini).	Bondiola al horno con salsa barbacoa acompañado de papas bravas (papas en gajos al horno con especias).	Cintas caseras en salsa cuatro quesos o bolognesa	Carrot cake	Ricotón de frutilla
	Torre de vegetales gratinadas con queso acompañado de ensalada de quinoa y vegetales	Tortilla de zanahoria y queso con papas al horno.	Strogonoff de pollo con arroz salteado	Calzones napolitanos con ensalada mixta	Orange pie con pionono	Crema mixta con ddl.

VIE

SÁB

DOM

MENÚ SALUDABLE	MENÚ VEGETARIANO	MENÚ DEL DÍA	MENÚ OPCIONAL	POSTRE CON AZÚCAR	POSTRE SIN AZÚCAR
Malfattis de ricota y espinaca con hierbas y sésamo en salsa filetto acompañado de arroz al morrón	Milhoja de papas y espinaca con calabaza en cubo horneada.	Milanesa de carne a la suiza con papas fritas	Pionono olímpico con ensalada verde y cherrys	Cheese cake de frutilla	Flan de vainilla con ddl
Pan de carne relleno de vegetales y queso en fondo de cocción con puré de calabaza casero.	Buñuelos vegetarianos con ensalada panaché de vegetales (arvejas, maíz dulce, morrón, zanahoria en cubo).	Tallarines caseros con salsa bolognesa (salsa de tomate, carne picada y vegetales en brunoise) o salsa alfredo (crema de quesos).		Salchichón de chocolate	Crema de naranja
Chop suey de vegetales con arroz integral salteado	Hamburguesa casera de lentejas con muzzarella acompañadas de graten de brócoli.	Medallones de pollo acompañados de papas en gajos horneadas con especias.		Bizcochuelo de limón con glasé	Crema mixta con ddl

BOX VIANDA DETOX

1 MENÚ + FRUTOS SECOS + POSTRE SIN AZÚCAR + JUGO DETOX

BOX VIANDA DETOX X 1: \$437
BOX VIANDA DETOX X 5: \$2130
BOX VIANDA DETOX X 10: \$4204

CONTACTO: 2487-2319 INT. 117

LUN

MAR

MIÉR

JUE

MENÚ SALUDABLE

Milanesas de pollo cocidas al horno acompañadas de revuelto de vegetales

Pescado en capas de vegetales con ratatouille

Milanesa de vegetales con puré casero de calabaza y zanahoria

Zucchini relleno capresse con calabaza en cubo al horno

MENÚ VEGETARIANO

Torre de vegetales acompañado de arroz salteado con cebolla y morrón.

Medallón de soja, espinaca y queso empanado, con cubos de calabazas y especias horneadas.

Croquetas de calabaza y queso acompañado de ensalada capresse fresca.

Calzone italiano de queso cebolla y aceituna acompañada de tabule de quinoa.

MENÚ DEL DÍA

Lasagna de jamón, queso y vegetales en salsa filetto y bechamel acompañada de ensalada

Pastel de papa y carne criollo acompañado de ensalada

Cubos de pollo en salsa de curry con arroz aromatizado en hierbas.

Hamburguesas de carne rebozadas rellenas de queso cheddar acompañadas de boniatos y papines al horno

MENÚ OPCIONAL

Risotto de vegetales y hongos (arroz cremoso con cebolla morrón zanahoria zapallito y hongos).

Cintas al huevo caseras en salsa portuguesa

Chorizos al vino blanco acompañado de papas a la crema

Chop suey de pollo (vegetales cortados en juliana cebolla morrones zucchini berenjena y zanahoria) en una base de arroz blanco

POSTRE CON AZÚCAR

Chajá de durazno

Flan de vainilla con ddl

Torta de choco mani

Torta de naranja con glasé.

POSTRE SIN AZÚCAR

Flan de coco con ddl.

Gelatina con frutas.

Tarta de manzana

Crema mixta con ddl

VIE

SÁB

DOM

MENÚ SALUDABLE	MENÚ VEGETARIANO	MENÚ DEL DÍA	MENÚ OPCIONAL	POSTRE CON AZÚCAR	POSTRE SIN AZÚCAR
Soufle de brócoli, calabaza y queso con ensalada fresca de quinoa	Raviolones caseros de remolacha rellenos de ricota y espinaca en salsa Alfredo (crema de quesos).	Milanesa de carne napolitana con papas rústicas	Canelones de pollo en salsa filetto y bechamel	Cheese cake de frutilla	Flan de chocolate con ddl
Strudel de pollo y vegetales (vegetales en juliana y finas tiras de pollo envuelto en masa hojaldre) acompañado de ensalada de verdes y tomate.	Medallones de calabaza rebozada horneadas acompañada de graten de brócoli.	Tallarines caseros en salsa concasse o carusso		Flan moka con ddl	Gelatina con frutas
Zapallitos rellenos de carne y vegetales salteados acompañado de calabaza al horno	Budín de acelga y calabaza con arroz salteado en morrón y cebolla.	Quiche de pollo y muzzarella con papas y boniatos asados		Arrollado de dulce de leche	Crema de limón

LUNCH PARA 5

- 8 mini pita de espinaca rellenas de roast beef, rúcula y tomate
- 8 mini catalán de jamón crudo, tomate seco y queso colonia
- 6 mini trenzas de lomito y queso dambo
- 6 mini bagel de cheddar, panceta y huevo
- 8 sándwiches de jamón y queso de copetín
- 8 sándwiches olímpicos en pan de nuez de copetín
- 6 medialunitas de jamón y queso

\$ 1550

CONTACTO: 2487-2319 INT. 117



LUN

MAR

MIÉR

JUE

	MENÚ SALUDABLE	MENÚ VEGETARIANO	MENÚ DEL DÍA	MENÚ OPCIONAL	POSTRE CON AZÚCAR	POSTRE SIN AZÚCAR
	Sorrentinos caseros rellenos de calabaza con salsa portuguesa	Croquetas de arroz y espinaca acompañada de ensalada coleslaw (repollo blanco, repollo morado, zanahoria rallada y aderezo).	Bondiola marinada en salsa teriyaki y vegetales en cubo (zucchini, berenjena, cebolla y morrón) acompañado de arroz blanco.	Pastel de papa y pollo salteado en hierbas acompañado de ensalada mixta.	Lemon pie.	Gelatina con frutas.
	Milanesa de pescado al horno con puré de calabaza Y zanahoria	Hamburguesas caseras de quinoa y calabaza acompañadas arroz salteado de morrón y cebolla.	Canelones de choclo/ canelones de carne en salsa alfredo	Milanesas de jamón y queso con ensalada de papa alemana	Torta de choco mani	Ricotón de frutilla.
	Lasagna de vegetales en laminas con ensalada remolacha y zanahoria.	Buñuelos de espinaca con vegetales en cubo al horno y arroz.	Pan de carne relleno de vegetales jamón y queso acompañado de puré italiano (Caprese).	Risotto (arroz cremoso) de pollo en cubos y vegetales cortados en brunoise.	Torta de limón glaseada.	Flan de coco con dulce de leche
	Calabaza rellena de carne y salsa bechamel gratinada acompañado de ensalada mixta.	Ravioles casero de verdura con salsa Alfredo (crema de quesos).	Pollo en cubos en salsa de crema de queso y puerros con papas rústicas al horno.	Spaghetti acompañados de verduras en juliana salteadas (zucchini, berenjena, morrón cebolla y zanahoria)	Flan de vainilla con dulce de leche	Tarta de manzana

VIE

SÁB

DOM

MENÚ SALUDABLE	MENÚ VEGETARIANO	MENÚ DEL DÍA	MENÚ OPCIONAL	POSTRE CON AZÚCAR	POSTRE SIN AZÚCAR
Canelones de espinaca con salsa pomarolla acompañados de ensalada	Omelette vegetariano con arroz al azafrán.	Milanesa de pollo acompañado de papas fritas.	Lehmeyun (pan plano con carne cebolla morrón, perejil, limón y especias) acompañado de ensalada de verde.	Chajá de durazno	Crema de vainilla con ddl
Pastel dorado (pastel de espinacas salteadas y puré de calabaza casero) con arroz primavera.	Hamburguesa de vegetales con puré de calabaza casero.	Tacos rellenos de carne y vegetales acompañado de ensalada mixta.		Bizcochuelo de naranja glaseada.	Flan de chocolate con ddl
Quiche de puerros con ensalada de zanahoria y huevo	Souffle de queso y cebolla con graten de espinaca.	Libritos de jamón y quesos rebozados acompañados de papas bravas.		Crumble de manzana	Crema de limón

TE para 2
2 bebidas calientes , 2 vasitos de jugo, 1 medialuna de jamón y queso
1 sándwich caliente, 2 postres individuales y 2 scones
\$640

CONTACTO: 2487-2319 INT. 117



LUN

MAR

MIÉR

JUE

	MENÚ SALUDABLE	MENÚ VEGETARIANO	MENÚ DEL DÍA	MENÚ OPCIONAL	POSTRE CON AZÚCAR	POSTRE SIN AZÚCAR
	Ñoquis de calabaza con salsa concasse de tomate en cubo.	Quiche de brócoli y queso con boniato asado	Suprema agridulce al estilo asiático acompañada de arroz encebollado.	Hamburguesa de carne encebollada con puré	Flan moka con dulce de leche	Gelatina con frutas.
	Pescado en crema de puerros con puré calabaza	Buñuelos de espinaca con papas y calabaza al horno	Ñoquis multicolor (papa, calabaza, espinaca) En salsa fileto/bolognesa	Quiche lorraine (clásica tarta alemana de cebollas panceta y queso) acompañada de ensalada mix de verdes.	Lemon pie	Crema mixta con dulce de leche