

**LUN**

**MAR**

**MIÉR**

**JUE**

MENÚ SALUDABLE	MENÚ VEGETARIANO	MENÚ DEL DÍA	MENÚ OPCIONAL	POSTRE CON AZÚCAR	POSTRE SIN AZÚCAR
Calabazas rebozadas con ratatouille; mix de pimientos, zucchini, cebolla, berenjena horneados a fuego lento en aceite de hierbas.	Milhoja de vegetales grillados (calabaza, zapallito, pimiento, berenjena, tomate, cebolla) con ensalada de quinoa.	Muslo de pollo al horno en salsa de mostaza con papas en gajos al horno con mix de especias.	Quiché de maíz dulce, queso fundido y panceta crocante con mix de verdes.	Orange pie	Flan de coco sin azúcar
Posta de pescado a la plancha en salsa de puerro con arroz salteado en vegetales (pimiento y cebolla)	Berenjena en capas salseadas y gratinadas en mix de quesos acompañadas con ensalada de cous cous, tomate, pepino, cebolla, perejil y jugo de limón.	Canelones rellenos de carne, espinaca y especias en salsa bechamel y filetto.		Torta de limón	Gelatina con frutas
Hamburguesa de quinoa y calabaza gratinada con mix vegetales grillados y semillas (berenjena, zucchini, zapallito, morrón, tomate, cebolla, sésamo blanco y sésamo negro)	Soufflé de espinaca y queso magro con ensalada caprese (tomate, albahaca y queso)	Panzottis caseros (pasta rellena) de lomito y mix de quesos en salsa rosa	Chop suey de pollo y vegetales (cebolla, morrón, zanahoria, repollo blanco, zapallito) acompañado de arroz blanco	Flan con dulce de leche	Ricotón de dulce de leche
Pastel de calabaza y carne gratinado con mix de verdes (lechuga, espinaca y rúcula) y parmesano.	Wrap vegetales (berenjena, tomate, zapallito, zucchini, cebolla, morrón) tomate y queso crema 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, albahaca y parmesano.	Pasta frola de dulce de leche.	Crema de chocolate y vainilla.

**VIE**

**SÁB**

**DOM**

MENÚ SALUDABLE	MENÚ VEGETARIANO	MENÚ DEL DÍA	MENÚ OPCIONAL	POSTRE CON AZÚCAR	POSTRE SIN AZÚCAR
Tortilla de zapallitos con queso fundido, acompañada de arroz al puerro.	Croquetas de acelga acompañadas con 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.	Crumble de manzana.	Flan de vainilla.
Lasagna rellena de espinaca y vegetales grillados (zucchini, berenjena, calabaza, zanahoria, cebolla y morrón) en salsa bechamel y filetto.	Zapallitos rellenos de ricota, ciboulette y vegetales gratinados con boniatos asados.	Milanesas de jamón y queso con puré de papas en especias.		Manjar del cielo.	Alfajor de maicena.
Ravioles caseros rellenos de verdura (acelga, morrón, cebolla) con salsa pomarola.	Calzone capresse (queso, tomate, albahaca) con papas rusticas y hierbas.	Pollo en crema de curry con arroz salteado (cebolla y morrón).		Alfajor de maicena.	Crema de chocolate.

**PROMO EMPANADAS: 2 Empanadas + 2 Ensaladas \$184**

**PROMO EMPANADAS PARA CASA: 6 Empanadas \$359**

**PROMO TARTA: 1 Tarta + 2 Ensaladas \$184**

**PROMO TARTA PARA CASA: 1 Tarta entera u 8 porciones a elección \$707**

**CONTACTO: 2487-2319 INT. 117**



**LUN**

**MAR**

**MIÉR**

**JUE**

	MENÚ SALUDABLE	MENÚ VEGETARIANO	MENÚ DEL DÍA	MENÚ OPCIONAL	POSTRE CON AZÚCAR	POSTRE SIN AZÚCAR
	Berenjena a la parmesana diet (queso magro, salsa pomarola) con arroz salteado (cebolla y morrón).	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 en cubos en salsa de mostaza con papas y boniatos al horno.	Brownie.	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 rebozada acompañada con arroz chow fan (huevo revuelto, jamón, cebollita de verdeo).	Torta de carne en masa hojaldre con ensalada capresse (tomate, queso, albahaca).	Arrollado de dulce de leche.	Ricotón con salsa de frutilla.
	Tacos cesar (lechuga cruesa, suprema, parmesano, aderezo) con ensalada coleslaw (mix de repollo, zanahoria y mayonesa).	Fainá de zapallitos 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.	Chajá de durazno.	Flan con dulce de leche.
	Raviolones caseros rellenos de ricota y albahaca en salsa mediterránea (salsa de tomate, cebolla, morrón, zapallito, zanahoria, especias).	Zapallitos rebozados con papas al horno.	Suprema rellena de panceta morrón y queso con puré de papas.	Creps napolitanos (tomate, jamón y queso) en salsas bechamel y filetto.	Torta de limón.	Crema de chocolate con dulce de leche.

**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.	Milhoja de papas y espinaca con calabaza en cubo horneada.	Milanesa de carne a la napolitana con puré.	Burritos de pollo (suprema condimentada con hierbas, queso crema, mizuna, tomate) con papas fritas o ensalada.	Lemon pie.	Ricotón con pasas.
Pan de carne relleno de vegetales (cebolla, morrón, zapallito, zanahoria) y queso con puré de calabaza casero.	Buñuelos de zucchini 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).		Tarta de coco y dulce de leche.	Flan de dulce de leche.
Raviolones caseros rellenos capresse en salsa de espinaca fresca.	Hamburguesa casera de lentejas con muzzarella acompañadas de graten de brócoli.	Medallones de pollo acompañados de papas en gajos horneadas con especias.		Alfajor de nieve.	Tarta de manzana.

**BOX VIANDA DETOX**

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

**BOX VIANDA DETOX X 1: \$390**  
**BOX VIANDA DETOX X 5: \$1900**  
**BOX VIANDA DETOX X 10: \$3750**

**CONTACTO: 2487-2319 INT. 117**





**LUN**

**MAR**

**MIÉR**

**JUE**

	MENÚ SALUDABLE	MENÚ VEGETARIANO	MENÚ DEL DÍA	MENÚ OPCIONAL	POSTRE CON AZÚCAR	POSTRE SIN AZÚCAR
LUN	Milanesas de pollo cocidas al horno acompañadas de espinacas frescas a la crema.	Torre de vegetales (berenjena tomate calabaza zucchini zanahoria zapallito grillados) acompañado de arroz salteado con cebolla y morrón.	Bondiola a la pizza (salsa de tomate y muzzarela fundida) acompañadas de puré de papas.	Risotto de vegetales y hongos (arroz cremoso con cebolla morrón zanahoria zapallito y hongos).	Orange pie.	Flan de coco.
MAR	Filet de merluza a la vasca (filet en julianas de cebolla y morrón salteados) acompañado papines rústicos dorados al horno.	Medallón de soja, espinaca y queso empanado, con cubos de calabazas y especias horneadas.	Sorrentinos caseros de ricota y nuez con salsa mediterránea (salsa de tomate con vegetales).	Quiche lorraine (clásica tarta alemana de cebollas panceta y queso) acompañada de ensalada mix de verdes.	Torta de limón.	Gelatina con frutas.
MIÉR	Berenjenas rebozadas con puré casero de calabaza y zanahoria	Croquetas de calabaza y queso acompañado de ensalada capresse fresca.	Cubos de pollo en salsa de curry con arroz aromatizado en hierbas.	Lasagna espinaca, jamón y queso con ensalada de verde.	Flan con dulce de leche.	Ricoton de dulce de leche.
JUE	Cintas caseras de morrón con salsa de espinaca frescas.	Calzone italiano de queso cebolla y aceituna acompañada de tabule de quinoa.	Hamburguesas de carne rebozadas rellenas de queso cheddar acompañadas 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	Torta de naranja.	Crema mixta.

**VIE**

**SÁB**

**DOM**

MENÚ SALUDABLE	MENÚ VEGETARIANO	MENÚ DEL DÍA	MENÚ OPCIONAL	POSTRE CON AZÚCAR	POSTRE SIN AZÚCAR
Malfattis de zanahoria y ricota con salsa de verdeo acompañado arroz al morrón.	Raviolones caseros de remolacha rellenos de ricota y espinaca en salsa Alfredo (crema de quesos).	Milanesa de carne napolitana con papas fritas.	Revuelto gramajo (papas fritas en bastones, cebolla y morrón en juliana, tiras de jamón, hierbas y huevo)	Crumble de manzana.	Flan de vainilla.
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 (tomate fresco y albahaca) o carusso (crema con champignones laminado, jamón y especias).		Manjar del cielo.	Alfajor de maicena.
Ravioles caseros rellenos de ricota y albahaca con salsa filetto.	Budín de acelga y calabaza con arroz salteado en morrón y cebolla.	Patel de carne, papa y salsa bechamel gratinada con ensalada de lechuga tomate y zanahoria.		Alfajor de maicena.	Crema de chocolate con dulce de leche.

**PROMO SERVICIO DE LUNCH**

- 10 sándwich olímpicos de copetín
  - 10 sándwich jamón y queso de copetín
    - 1kg de Masitas
    - 1 torta Cumpleaños
- \$2150**

**LUN**

**MAR**

**MIÉR**

**JUE**

**MENÚ SALUDABLE**

Sorrentinos caseros rellenos de calabaza con salsa filetto y bechamel.

Tomates rellenos de atún y arroz con ensalada mix de verdes y parmesano.

Lasagna de vegetales en laminas con ensalada remolacha y zanahoria.

Zapallitos rellenos de carne y salsa bechamel gratinada acompañado de ensalada mixta.

**MENÚ VEGETARIANO**

Croquetas de arroz y espinaca acompañada de ensalada coleslaw (repollo blanco, repollo morado, zanahoria rallada y aderezo).

Hamburguesas caseras de quinoa y calabaza acompañadas arroz salteado de morrón y cebolla.

Buñuelos de espinaca con vegetales en cubo al horno y arroz.

Ravioles caseros de masa verde rellenos de tomate queso y albahaca con salsa Alfredo (crema de quesos).

**MENÚ DEL DÍA**

Bondiola marinada en salsa teriyaki y vegetales en cubo (zucchini, berenjena, cebolla y morrón) acompañado de arroz blanco.

Crepes rellenas de jamón y queso con salsa rosa.

Pan de carne relleno de vegetales jamón y queso acompañado de puré italiano (Caprese).

Pollo en salsa de crema de queso y puerros con papas rústicas al horno.

**MENÚ OPCIONAL**

Pastel de papa y pollo salteado en hierbas acompañado de ensalada mixta.

Quiche de puerro salteados y queso fundido con ensalada tomate y maíz.

Risotto (arroz cremoso) de pollo en cubos y vegetales cortados en brunoise.

Spaghetti caseros acompañados de verduras en juliana salteadas (zucchini, berenjena, morrón cebolla y zanahoria)

**POSTRE CON AZÚCAR**

Pasta frola de membrillo.

Arrollado de dulce de leche.

Torta de limón glaseada.

Salchichón de chocolate

**POSTRE SIN AZÚCAR**

Gelatina con frutas.

Crema de chocolate con dulce de leche.

Ricoton con salsa de frutilla.

Crema de limón

**VIE**

**SÁB**

**DOM**

MENÚ SALUDABLE	MENÚ VEGETARIANO	MENÚ DEL DÍA	MENÚ OPCIONAL	POSTRE CON AZÚCAR	POSTRE SIN AZÚCAR
Canelones de espinaca con salsa pomarolla.	Omelette capresse con arroz al azafrán.	Milanesa de pollo con queso fundido gratinado acompañado de papas fritas.	Lehmeyun (pan plano con carne cebolla morrón, perejil, limón y especias) acompañado de ensalada de verde.	Brownie.	Ricoton con pasas.
Pastel dorado (pastel de espinacas salteadas y puré de calabaza casero) con arroz primavera.	Hamburguesa de vegetales con puré de calabaza casero.	Tacos mexicanos rellenos de carne y vegetales acompañado de ensalada mixta.		Torta de naranja glaseada.	Ensalada de frutas.
Sorrentinos caseros de calabaza y nuez con salsa concasse de albahaca y tomate en cubo.	Zapallitos rebozados y horneados con graten de brócoli.	Libritos de jamón y quesos rebozados acompañados de papas bravas.		Alfajor de maicena.	Crema de vainilla.

**VIERNES CLUB SÁNDWICH!!!**

**Arma tu sándwich a gusto por solo \$180**

**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 caseros de calabaza o papa con salsa pomarola o crema de espinaca.	Quiche de brócoli y queso con calabaza asada.	Suprema agridulce al estilo asiático acompañada de arroz encebollado.	Soufflé de queso y cebolla con ensalada.	Pasta frola de membrillo.	Gelatina con frutas.
	Pastel de papa y merluza con mix de verdes y parmesano.	Omelette capresse con arroz a la Fiorentina.	Bondiola a la mostaza con papas y boniatos al horno.	Cintas caseras con salsa bolognesa o 4 quesos.	Torta de maní chocolate y dulce de leche.	Crema de naranja