

**(Menúes Premium para paladares exigentes)**

*Dichos menúes****no son aptos para adelgazar****ya que son bastante calóricos.*
 *Si busca menúes para adelgazar entonces vaya a*[***MENÚES LIGHT***](http://www.comidascomoencasa.com.uy/2014/01/menu-light-bajas-calorias.html)*y*[***MENÚES VEGETARIANOS***](http://www.comidascomoencasa.com.uy/2014/01/menu-vegetariano.html)

***Te recordamos que puedes elegir a gusto los menúes que quieras o bien nosotros te armamos una propuesta variada y balanceada acorde a tu perfil nutricional, gustos, patologías y requerimientos.***

**Puedes ver las**[**CARACTERÍSTICAS DE NUESTROS MENÚES**](http://www.comidascomoencasa.com.uy/p/menu.html)

**Dentro de**[**COMO USAR NUESTRAS VIANDAS**](http://www.comidascomoencasa.com.uy/2014/01/consejos-como-usar-nuestras-viandas.html)**, se explica detalladamente como descongelar (en heladera, agua fría o microondas) y calentar las viandas, sopas y ensaladas en general (en microondas, horno, baño maría, al fuego).**

Carne:

Arrollado de carne con verduras (jamón, queso, huevos, etc)

con 1 acompañamiento a elección: puede ser arroz saborizado, puré de papas, papas fritas, papas al horno, wok de vegetales o ensalada (\*)

Chop Suey de Carne (o Cerdo)

Empanadas:

Empanada de Verduras y salsa blanca con 1 acompañamiento a elección:

puede ser arroz saborizado, puré de papas, papas fritas, papas al horno,

wok de vegetales o ensalada (\*)

Empanadas de champiñón, puerro y jamón con 1 acompañamiento a elección:

puede ser arroz saborizado, puré de papas, papas fritas, papas al horno,

wok de vegetales o ensalada (\*)

Empanada de champiñón, puerro y tomate con 1 acompañamiento a elección:

puede ser arroz saborizado, puré de papas, papas fritas, papas al horno,

wok de vegetales o ensalada (\*)

Arrolladitos Primavera:

- De Pollo (Repollo, zanahoria y pollo) con 1 acompañamiento a elección:

puede ser arroz saborizado, puré de papas, papas fritas, papas al horno,

wok de vegetales o ensalada (\*)

- De Jamón (Repollo, zanahoria y jamón) con 1 acompañamiento a elección:

puede ser arroz saborizado, puré de papas, papas fritas, papas al horno,

wok de vegetales o ensalada (\*)

- De Vegetales (Repollo, zanahoria, brotes de soja y zapallito) con 1 acompañamiento a elección: puede ser arroz saborizado, puré de papas, papas fritas, papas al horno,

wok de vegetales o ensalada (\*)

Pastas:

Fideos tirabuzón salteados con tomate, zanahoria, zapallito, aceitunas verdes

Fettuccini salteado en tomate, aceitunas verdes y atún

Ravioles a la crema con jamón picado y queso

Papardelle, cintas anchas de pasta con estofado

Ñoquis de papas con salsa a elección: Rosa, 4 quesos o de champiñones

Pollo:

Chop Suey de Pollo

Pechuga de pollo con champiñones, perejil y brócoli

Pechuga de pollo al horno rellena de acelga con Milhojas de vegetales

Pollo en salsa de vino tinto con papas jamón y champiñones

Tarta de pollo con calabaza, cebolla y queso con 1 acompañamiento a elección:

puede ser arroz saborizado, puré de papas, papas fritas, papas al horno,

wok de vegetales o ensalada (\*)

Strogonoff de Pollo con arroz

Wok de vegetales con tiritas de pollo y arroz

Pescado:

Merluza a la romana con 1 acompañamiento a elección:

puede ser arroz saborizado, puré de papas, wok de vegetales o ensalada (\*)

Merluza en salsa tártara con mini brochetes de vegetales

Wraps:

Wraps de Pollo con verduras

Wraps de Jamón y queso con verduras

Wraps de Carne con verduras

Wraps de Atún con verduras