

**comida**  
saludable

del poblado

**Comer saludable**  
*es fácil, delicioso y*  
*a buen precio!!!*



**Servicio a domicilio**  
**Tel. 3135959**

Recibimos bonos Sodexo Pass

**Frente al gimnasio Bodytech de Las Vegas**  
**Carrera 46 No.16 Sur 40 • Medellín • Colombia**

**Atendemos pedidos empresariales**

# Menú

## Desayunos variados

**Ejecutivo variado \$ 10.000**

**Light \$ 10.000**

1 porción de fruta (fibra), (150gr) de pollo al vapor o carne asada (proteína), (50gr) arroz integral o papa cocida (carbohidratos), (100gr) de ensalada (minerales), 1 vaso de jugo sin azúcar o endulzado (vitamina).

# Carnes

**Cañon de cerdo \$ 11.500**

250 gms de cañon, corte delgado a la plancha, acompañado de salsa agri dulce, papitas a la francesa o papa asada y verduras calientes.

**Planchitas de Pollo Especial \$ 13.000**

250 gms de filete de pechuga a la plancha gratinado con queso y champiñones, acompañada de papitas a la francesa o papas al vapor y ensalada de lechuga con verduras

**Planchitas de Pollo Sencilla \$ 9.000**

Filete de pollo a la plancha, acompañada de papa al vapor o pasta en salsa de queso y ensalada de verduras.

**Chatas Sencilla \$ 9.500**

150 grs. de carne de res acompañada de arepa, papa a la francesa o papas al vapor y ensalada de lechuga, tomate y champiñones

**Chatas Especial \$ 12.500**

200 grs. de carne de res bañada en salsa de champiñones, acompañada de papa a la francesa o papa asada envuelta en sal, aros de cebolla fritos y ensalada de lechuga, tomate y maíz tierno.

**Chatas en Finas Hierbas \$ 11.000**

180 grs. de carne de res a la plancha bañada en finas hierbas, acompañada de papas a la francesa o papa asada envuelta en sal y ensalada de lechuga, tomate y maíz champiñones.

**Filete de Róbalo \$ 11.000**

Filete de róbalo asado a la plancha, bañado en salsa de limón o tártara, acompañada de una porción de arroz, patacón o puré de papa y ensalada.



# Doñetidos

## **Derretido de Jamón y Queso \$ 4.000**

Pan, jamón y queso fundido en batido francés, asado a la plancha.

## **Derretido de Pollo \$ 6.000**

Pan, pollo y queso fundido en batido francés, asado a la plancha.

## **Club Sandwich \$ 7.500**

Pan danés, filete de pechuga a la plancha, queso fundido, lechuga, tomate, envuelto en batido francés y asado a la plancha, con salsa mostaneza.

# Postres y Bebidas

## **Brownie caliente con helado \$ 4.300 y granola**

## **Flan de leche con caramelo \$ 3.500**

## **Cheescake de fresa \$ 4.000**

## **Jugos naturales \$ 3.000 - \$ 3.500**

## **Té helado \$ 3.000**

## **Café frío o caliente \$ 2.000 - 2.500**

**Servicio a Domicilio**  
**Lunes a Domingo y Festivos**  
**Teléfono: 313 59 59**

**Pregunta por nuestro menú  
especial de los Domingos**

# Pastas

## **Pastas con Pollo \$ 10.000**

*Spaguetti con pollo en salsa de queso y pañoletas de pan.*

## **Pastas con Atún \$ 12.000**

*Spaguetti con Atún bañado en salsa de queso, pañoletas de pan y ensalada.*

## **Pastas Carbonara \$ 9.500**

*Spaguetti con jamón en julianas y champiñones, bañados en salsa carbonara y pañoletas de pan.*

## **Pastas Bolognesa \$ 10.000**

*Spaguetti con carne bañados en salsa bolognesa, acompañados de ensalada y pañoletas de pan.*

# Wraps

## **Árabe Sencillo \$ 10.000**

*Pollo desmechado, lechuga, tomate, envuelto en tortilla de harina, asada a la plancha.*

## **Árabe Especial \$ 12.000**

*Pollo desmechado, lechuga, tomate, maizitos tiernos queso fundido envuelto en tortilla de harina, asada a la plancha, .*

## **Pollo crujiente \$ 12.500**

*Trozos de pollo apanado, tocineta, lechuga, tomate, queso fundido envuelto en tortilla de harina, bañados en salsa de queso.*

## **Pita de pollo \$ 11.500**

*Verduras al wok salteadas en salsa de soya, Pollo desmechado, queso fundido envuelto en tortilla de harina y asado a la plancha.*

## **Pita vegetariana \$ 8.500**

*Verduras al wok salteadas, arroz en salsa de soya, queso fundido envuelto en tortilla de harina y asado a la plancha.*



# Ensaladas

## **Ensalada Mexicana \$ 13.000**

Lechuga, tomate, champiñones, maíz tierno, pollo apanado, tostacos, guacamole.

## **Vegetales Tahi \$ 9.500**

Base de arroz, Pollo, champiñones, zanahoria en julianas, brócoli, piña en salsa de ajonjolí agri dulce.

# Antojitos

## **Maicitos Tiernos Sencillos \$ 6.500**

Maicitos tiernos en salsa ricota gratinados con queso fundido.

## **Maicitos Tiernos Especiales \$ 7.500**

Maicitos tiernos en salsa tártara gratinados con pollo y queso fundido.

## **Aros de cebolla fritos \$ 4.000**

Acompañados de salsa tártara.

## **Papas a la francesa \$ 3.500**

## **Patacón con hogao \$ 3.500**

## **Flauticas de pollo y queso \$ 5.500**

## **Salpicón sencillo \$ 3.000**

## **Salpicón Especial \$ 4.300**

Con helado y leche condensada.



# Crepes

## **Crepes de Jamón, Queso y Verduras \$ 7.500**

Tortilla de harina, Jamón, queso y verduras, bañado en salsa bechamel, y gratinada, acompañado ensalada de lechuga y tomate.

## **Crepes de Pollo con Champiñones \$ 10.000**

Pollo desmechado, champiñones y queso derretido, envuelto en tortilla de harina, bañada en salsa bechamel. Acompañada de ensalada.

# Quesadillas

## **Quesadilla Tradicional \$ 9.500**

Tortilla de harina con queso fundido, pollo desmechado, bañada en salsa de queso, acompañada de ensalada.

## **Quesadilla especial \$ 11.000**

Tortilla de harina, queso fundido, pollo desmechado, jamón, champiñones, acompañada con salsa de queso, ensalada.

# Ensaladas

## **Ensalada de la casa \$ 12.500**

Lechuga, champiñones, maicitos salteados con trozos de solomo o pollo en salsa de soya, cascos de tomate y vinagreta balsámica y ajonjolí.

## **Cesar \$ 11.500**

Lechuga, pollo en julianas, crotones de pan, bañada en salsa cesar.

## **Light \$ 10.000**

Pollo desmechado o atún, lechuga tomate, piña, zanahoria, vinagreta (opcional salsa de queso).

## **Ensalada Mixta \$ 10.000**

Lechuga, tomate, champiñones, jamón, pollo, queso mozzarella, salsa de queso y vinagreta.

