

Nuestras comidas están siempre recién preparadas en nuestra cocina. Usted podrá recibir una variedad de los siguientes alimentos cada semana.

DESAYUNO | 1 POR SEMANA

Las ofertas de desayuno serán una de las siguientes por semana.

Revuelto de Vegetales

Frittata Vegetal

Panqueques al Estilo
de Arándanos

Tostada Francesa

ALMUERZO | 5 POR SEMANA

Nuestras ofertas de almuerzo son una combinación de sopas y ensaladas, y se sirven con panecillos.

SOPAS | 3 POR SEMANA

Frijol Negro Cubano

Frijoles Cannellini
Y Cebada

Cebolla Caramelizada

Zanahoria al Curry

Sopa de
Guisantes Partidos

Remolacha Roja al Curry

Curry de Coco

Gazpacho de Maíz

Puré de Champiñones

Ensalada Ahumada de
Tres Frijoles

Puré de Chirivía

Puré de Espinacas

ENSALADAS | 2 POR SEMANA

Macarrones de Albahaca

Quinoa Verde

Remolacha Farro

Bulgur Trigo y Lentejas

Cuscús con Menta
y Zumaque

Ensalada de Hierbas de
Lentejas Negras

Ensalada de Garbanzos
Asados con Col Rizada

Arroz Integral Asiático y
Ensalada de Edámame

Todas
nuestras
comidas son:



Bajas en
sodio



Saludable para
el Corazón

Somos una cocina libre de mariscos / nueces. Nuestras comidas pueden contener trigo, huevos, soja, pescado, productos lácteos y sésamo.



ENTRADAS PARA LA CENA | 5 POR SEMANA

Todos los platos principales son saludables para el corazón, bajos en sodio e incluyen una proteína, grano y verdura. Los platos principales pueden variar.

Salmón con Pesto
de Hierbas

Carne Estofada de
Jengibre Guisantes
y Perlas

Picadillo de Ternera

Garbanzos Guisados

Pollo Estilo Ancho

Bacalao Glaseado
de Miso

Chuleta de Cerdo

Lomo de
Cerdo Asado

Carne Estofada con
Menta y Zumaque
Verduras Mixtas

Chuleta de Cerdo con
Salsa de Manzana

Hamburguesa Vegetal

Estofado de Frijoles
Blancos y Negros

Hamburguesa de Res con
Ketchup Hecho en casa

Hoisin Muslos de
Pollo Glaseados

Pescado Baja con
Salsa de Lima

Muslos de Pollo
Caribeños

Zumaque Pollo Asado

Pescado Abadejo
Glaseado de Jengibre

Curry de Garbanzos

Cerdo con Mojo Rojo

POSTRES

Servimos dos galletas de la casa recién horneadas por semana,
junto con tazas de frutas mixtas.
¡También recibirás un pastel de cumpleaños personalizado cada año!



**Sostenibilidad
de nuestros
productos**

Peces capturados en el medio silvestre | Carne de res
alimentada con pasto | Pollo sin antibióticos de especias de
origen único | Hierbas cultivadas en nuestro jardín en la azotea

