

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.

Curry de Garbanzos

Hamburguesa Vegetal

Estofado De Frijoles
Blancos Y Negros

Garbanzos Guisados

Salteado de
Verduras de Temporada

Guisado de Remolacha
y Calabaza

Guisado de
Verduras Locales

Cazuela de
Verduras Vegana

Pimiento Relleno
con Curry

Plato de Pasta y Quinoa

Guisado de Verduras de
Temporada

Gumbo de Verduras

Tortas de Maiz y Quinoa

Champiñones Relleno de
Portabello

Hamburguesa de Cebada
y Champiñones

Sopa de Lentejas
Ahumadas

Hamburguesa de Vegetal
con Pasta

Risotto de Hongos

Pasta Primavera

Risotto de Calabaza

— P O S T R E S —

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

