

Comensana

sano, rico y rápido!



Cremas de Verduras



CALABAZA
ZANAHORIA
VERDURAS
PUERROS
ESPÁRRAGOS

Platos de Cuchara



PISTO
ALUBIAS
LENTEJAS
SOPA DE POLLO

ARROZ BASMATI CON VERDURAS Y FRUTOS SECOS
ARROZ INTEGRAL CON PIMIENTOS Y ALMENDRAS
RISOTTO DE CHAMPIÑONES
PAELLA

ARROCES

ESPAGUETIS A LA BOLONESA
TORTIGLIONI CON SÁLMÓN Y QUESO MASCARPONE
TALLARINES CHINOS CON GAMBAS
TALLARINES CHINOS CON POLLO
TAGLIATELLE A LA MARINERA

PASTAS

COMIDA
SANA
PARA TU DÍA A DÍA

COCINADO CON ACEITE DE OLIVA

VERDURAS

PARRILLADA DE VERDURAS
WOK DE VERDURAS
ENSALADILLA RUSA



Seamless Platos



- BERENJENA RELLENA DE SOJA
- CALABACÍN RELLENO DE PISTO CON BONITO
- TORTILLA DE CALABACÍN
- RAGUT DE TERNERA
- ALBÓNDIGAS CON TOMATE
- POLLO CON ALMENDRAS
- LOMO EMPANADO CON PURÉ DE MELOCOTÓN
- CANELONES YORK-GORGONZOLA
- FILETE RUSO CON GUARNICIÓN
- PESCADO A LA MARINERA CON VERDURAS
- BONITO CON TOMATE



POLLO TIKKA MASALA CON ARROZ THAI
TERNERA AGRIPICANTE CON ARROZ PEREJIL
CUSCÚS CON HORTALIZAS
NUGETS DE SOJA CON ARROZ Y VERDURITAS
PECHUGA A LA TOSCANA
POLLO ASADO CON PIMIENTO CONFITADO
SALMÓN AL HORNO CON VERDURAS

ELABORACIÓN DIARIA


PLATOS
COMBINADOS & POSTRES

MUS DE CHOCOLATE BLANCO
MUS DE CHOCOLATE NEGRO
FLAN DE HUEVO
MUS DE LIMÓN

SIN
CONSERVANTES



CREMA DE NARANJA
ARROZ CON LECHE



SABRO
rico
rápido



Por muy rápido que vayas el mundo,
todos tenemos derecho a disfrutar de comida casera de calidad.
Cocino cada plato como se lo hice a mis hijos cuando eran pequeños, para
que ahora todos disfruten del auténtico sabor de la
comida casera al igual que hacían
ellos entonces.



Av/Donostiarra 15 -28027 Madrid- 680749774 info@comenssana.com

 facebook.com/comenssana