

MENÚS

SEMANALES SALUDABLES

COCINA DEPORTIVA PARA NUTRICIÓN DE ELITE

Presentación para
nutrición deportiva



MASÁI FOOD

Menús saludables y catering

Nuestra fórmula de trabajo se basa en convertir la estrategia nutricional, las necesidades individuales y las recomendaciones de los especialistas en una propuesta gastronómica individualizada. Disponemos de un equipo de chefs que dominan diferentes gastronomías del mundo, para que además de cumplir con los objetivos nutricionales, el deportista disfrute de todas sus ingestas.

Alimentación
personalizada
para
deportistas

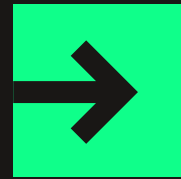
Propuesta gastronómica
bajo supervisión y
recomendaciones del
equipo de especialistas.





MASÁI FOOD

Menús saludables y catering



SOBRE

NOSOTROS

Somos un pequeño equipo de fanáticos de la salud y la nutrición. Nos apasiona trabajar pensando en el bienestar de nuestros clientes. Seleccionamos ingredientes de máxima calidad, naturales y frescos, directos de la vega granadina y aprovechamos lo mejor de los productores locales km0.

Productos sin procesar, sin conservantes artificiales y sin azúcares añadidos.

¡Lo notarás en cada bocado de nuestros tupperes!

blesa
nutrición



TÚ CHEF PERSONAL

ABDUL R. DAOU

Con 20 años entre fogones, he compartido el buen hacer y el arte culinario en diversos hoteles y restaurantes con otros de los grandes maestros de proyección en el escenario gastronómico español, incluyendo el Calima 3 estrella Michelin y palacio real mar-mar de la familia real de rey fahed den-abdeazziz .

Tras estudiar en la Escuela de Hostelería de Hoffman en Barcelona, obtengo la titulación de dirección de cocina , y máster en calidad alimentaria en la prestigiosa escuela IMB business School en Madrid.

Mi único objetivo es crear y proporcionar a nuestros clientes, una experiencia gastronómica integral y única.



MASÁI FOOD

Menús saludables y catering

blesa
nutrición



PREGUNTAS FRECUENTES



CUÁNTOS PLATOS TIENE UN MENÚ SEMANAL?

Tú dices los packs que necesitas

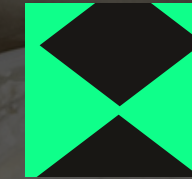
- .Pack semanal de 5 comidas
- .pack semanal de 5 cenas
- .pack semanal de 10 tupperes de lunes a viernes.
- .pack semanal de 14 tupperes



¿HAY VARIEDADES EN LOS MENÚS SEMANALES?

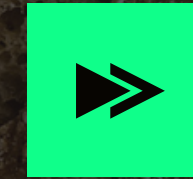
Por supuesto que sí!

Uno de nuestros principales objetivos es que disfrutes comiendo. Cada propuesta semanal es diferente para que no te aburras de comer siempre lo mismo. Eso sí, si tienes un plato preferido, no dudaremos en elaborarlo las veces que nos lo pidas, siempre y cuando la estrategia de nutrición definida lo permita.



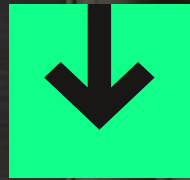
COMO LO HACEMOS

Usamos un método de cocina llamado cook&chill. Cuando tenemos listo un plato y mientras todavía está muy caliente, lo metemos en un abatidor (una especie de nevera que lo enfría muy rápido). Después lo envasamos al vacío y lo conservamos a menos de 4°C hasta que se entrega en tu casa. Es un proceso minucioso en el que mantener la cadena de frío es clave,



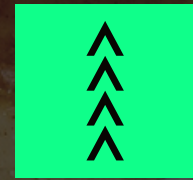
PRECIOS Y TARIFAS

Pack de cenas semanales de lunes a viernes
45€
(envios a toda la península 12,90€)



DONDE QUIERA QUE ESTÉS

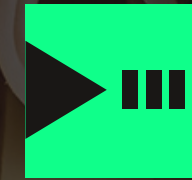
Te lo llevamos donde quieras, hacemos envíos a toda la península (Coste de envío 12,90€) También tienes la opción de recoger tu comida en nuestras instalaciones, por si te viene mejor.



¿MASÁI SE ADAPTA A CADA DEPORTISTA DE UN MISMO EQUIPO?

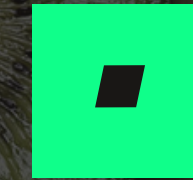
Por supuesto!

Cada deportista es distinto, para ello se adaptan los menús y las cargas de cada deportista, ya sea para comer o de viaje (picnic), ya que el nutricionista del club o personal nos indicará las necesidades de cada jugador.



ABRE, CALIENTA Y DISFRUTA

Una vez tengas tus platos, podrás mantenerlos en la nevera durante 7 días como el primer día, sólo tendrás que calentar el plato que prefieras y disfrutar de una comida rica, saludable y equilibrada. ¡Nosotros cocinamos por ti, tú sólo preocúpate de aprovechar tu tiempo!



MASÁI PUEDE COCINAR TAMBIÉN PARA MI FAMILIA?

Así es, y con mucho gusto!

Para ayudar al deportista en hábitos saludables, entendemos que la familia es un aliado. Los menús, además de saludables, hacemos que sean también placenteros para tu familia.

PORQUÉ ELEGIRNOS



APOSTAMOS POR EL PRODUCTO EN ORIGEN Y KMO

Desde las verduras, los huevos, la carne o los pescados. Materia prima comprada en origen a proveedores de confianza para que los ingredientes con los que cocinamos sean de primera. Y tus tápers de comida también.

COCINAMOS TODO DESDE CERO

Lavamos, pelamos, cortamos, condimentamos, preparamos los caldos y sofritos a fuego lento durante horas en nuestros hornos, ollas y fogones. Nuestros cocineros siguen las recetas de toda la vida para conseguir un sabor top.

100% INGREDIENTES NATURALES

Nada de conservantes ni aditivos que potencien el sabor o que hagan que los alimentos gusten más. Nuestros platos son sanos y están riquísimos porque usamos los mejores productos, no necesitamos atajos y no hacemos trampas.

¿TE APUNTAS?



blesa
nutrición

CONTÁCTANOS
PARA MÁS

TELÉFONO

858950580 / 640850494

CORREO

MASAIARMILLA@GMAIL.COM

SITIO WEB

WWW.MASÁIFOOD.COM

REDES SOCIALES

@MASÁI_FOOD



MASÁI FOOD

Menús saludables y catering