

CARDÁPIO

| Sesc | | Restaurante | | | | | | | | | | PROGRAMAÇÃO DE CARDÁPIOS | | Mês: AGOSTO/2024 | |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|--|------------------|--|
| DATA | EXTRAS | MOLHOS | SALADA CRUA | SALADA COZIDA | PRATO PRINCIPAL | ACOMPANHAMENTOS | GUARNIÇÃO | SOBREMESA | PÃES PASTAS/PATÊ | OPÇÃO VEGETARIANA | MARMITA DO DIA | MARMITA KIDS | | | |
| SEGUNDA (05/08) | Uvas passas Tomate seco Milho Ervilhas | Molho de mostarda e mel Molho de ervas finas Molho rosê | Salada tropical Salada primavera Mix de alfaces | Salpicão Salada de chuchu, brócolis e tomate cereja Abóbora c/ salsinha | Filé de peixe assado Coxa e sobrecoxa crocante Cupim ao molho madeira Almôndega ao sugo | Arroz branco Arroz integral Arroz colorido Feijão carioca | Coxinha de frango Creme de milho Farofa de cebola Ovos cozidos Espaguete | Bolo de Prestígio Cupcake de morango Mousse de limão Pudim de leite Frutas da estação fatiadas | Pão de ló Patê de frango | Bolonhesa de lentilha (lentilha; tomate, azeite, alho, sal.) | Coxa e sobrecoxa crocante Arroz branco ou Arroz integral Feijão Carioca Chuchu ao vapor Farofa de cebola | Coxa e sobrecoxa crocante Arroz branco ou Arroz integral Feijão Carioca Chuchu ao vapor | | | |
| TERÇA (06/08) | Uvas passas Tomate seco Milho Ervilhas | Molho Pesto Molho Alfredo Molho Pomodoro | Salada tropical Pepino com passas Rúcula c/ frutas | Abobrinha grelhada Chips de banana da terra Brócolis e tomate cereja | Filé de frango grelhado Cupim assado ao molho de ervas Lombo suíno grelhado Escondidinho de carne seca | Arroz branco Arroz integral Feijão carioca | Legumes ao vapor Batata frita Espaguete Talharim Penne Ravioli Lasanha à bolonhesa | Morangoffee Tartelette de limão Mousse de maracujá c/ chocolate Pudim de leite Frutas da estação fatiadas | Pão Petrópolis Patê de azeitonas pretas | Abobrinha recheada com Proteína de soja texturizada e molho de tomate | Cupim assado ao molho de ervas Arroz branco ou Arroz integral Feijão carioca Legumes ao vapor Inhame sauté | Cupim assado ao molho de ervas Arroz branco ou Arroz integral Feijão carioca Legumes ao vapor | | | |
| QUARTA (Datas festivas, pratos gastronômicos) * (07/08) | Uvas passas Tomate seco Milho Ervilhas | Molho de mostarda e mel Molho de ervas finas Molho rosê | Salada tropical Tomate em pétalas Vinagrete | Maionese de macarrão Batata Baroa c/ cheiro verde Quiabo com tomate cereja | Filé de frango grelhado Estrogonofe de carne Pernil acebolado Peixe em posta assado | Arroz branco Arroz integral Arroz com lentilha e linguiça Feijão carioca | Kibe frito Batata palha Seleta de legumes Macarrão ao alho e óleo | Delícia de banana Banoffe Bolo de chocolate Pudim de leite Frutas da estação fatiadas | Massa folhada c/ frango Pão de ricota c/ ervas | Estrogonofe de grão-de-bico com leite de coco | Pernil acebolado Arroz branco ou Arroz integral Feijão Carioca Quiabo refogado Batata Baroa c/ cheiro verde | Pernil acebolado Arroz branco ou Arroz integral Feijão Carioca Batata Baroa c/ cheiro verde | | | |
| QUINTA (08/08) | Uvas passas Tomate seco Milho Ervilhas | Molho de mostarda e mel Molho de ervas finas Molho rosê | Salada tropical Chicória c/morango Pepino em rodela | Beterraba cozida em rodela Antepasto de berinjela Salada grão de bico ao vinagrete | Filé de frango grelhado Feijoada Costelinha suína ao barbecue Isca de peixe a dorê | Arroz branco Arroz integral Feijão carioca | Polenta frita Farofa de bacon Legumes cozidos no vapor com ervas Ovos pochê Couve refogada/Torresmo | Tartelete de morango Mousse de limão Bolo de Laranja Pudim de leite Frutas da estação fatiadas | Pão de quatro queijos Patê de presunto | Escondidinho Vegetariano de proteína de soja | Filé de frango grelhado Arroz branco ou Arroz integral Feijão Carioca Batata sauté Farofa de bacon | Filé de frango grelhado Arroz branco ou Arroz integral Feijão Carioca Batata sauté | | | |
| SEXTA (09/08) | Uvas passas Tomate seco Milho Ervilhas | Molho de mostarda e mel Molho de ervas finas Molho rosê | Salada tropical Mix de folhas com kiwi em rodela e tomate cereja cortado ao meio Tomate em pétalas com molho de manjeriço | Maionese de legumes com ovos cozidos picados e cebolinha Chuchu c/ milho Jiló refogado ao vinagrete | Filé de peixe assado Lagarto ao molho madeira Bife a cavalo Cupim ao molho próprio | Arroz branco Arroz integral Feijão carioca | Mandioca frita Ovos mexidos com espinafre Cenouras salteadas com mel e gengibre Farofa agridoce | Pavê de pêssego Sorvete de amendoim Mosaico Pudim de leite Frutas da estação fatiadas | Pão ciabatta Patê de frango | Bolinho de proteína de soja (proteína de soja, cenoura ralada, cebola picada, farinha de aveia ou de trigo, ovo, shoyu, temperos a gosto) | Lagarto ao molho madeira Arroz branco ou Arroz integral Feijão Carioca Mandioca frita Cenoura salteada | Lagarto ao molho madeira Arroz branco ou Arroz integral Feijão Carioca Mandioca frita | | | |
| SÁBADO (10/08) | Uvas passas Tomate seco Milho Ervilhas | Molho de mostarda e mel Molho de ervas finas Molho rosê | Salada tropical Rúcula, tomate e queijo muçarela Pepino c/ manga | Salada de brócolis com couve-flor | Filé de frango grelhado Peixe frito Lagarto na cerveja | Arroz branco Arroz integral Feijão carioca | Bolinho de feijoada Chuchu c/ vagem e milho Purê de abóbora | Bolo de Churros Néctar dos deuses Brigadeiro Pudim de leite | Paõ de ló Patê de peito de peru | Almondugas de proteína de soja ao sugo | Isca de frango ao molho de limão e ervas frescas Arroz branco ou | Isca de frango ao molho de limão e ervas frescas Arroz branco ou | | | |

CARDÁPIO

| | | | | | | | | | | | | |
|------------------------------------|---|---|---|---|---|--|---|---|-----------------------------------|-------------------------------|--|---|
| | | ervas finas Molho rosê | | Feijão fradinho Beterraba cozida | Lombo assado c/ batatas | | Ovos fritos | Frutas da estação fatiadas | | | Arroz Integral Feijão Carioca Chuchu c/ vagem e milho Purê de abóbora | Arroz integral Feijão Carioca Chuchu c/ vagem e milho |
| DOMINGO (11/08) DIA DOS PAIS | Uvas passas Tomate seco Milho Ervilhas | Molho de mostarda e mel Molho de ervas finas Molho rosê | Salada tropical Rúcula, tomate e queijo muçarela Pepino c/ manga | Salada de brócolis com couve-flor Feijão fradinho Beterraba cozida | Filé de frango grelhado Peixe frito Lagarto na cerveja Lombo assado c/ batatas | Arroz branco Arroz integral Feijão carioca | Bolinho de feijoada Chuchu c/ vagem e milho Purê de abóbora Ovos fritos | Bolo de Churros Néctar dos deuses Brigadeiro Pudim de leite Frutas da estação fatiadas | Pão Petrópolis Patê de queijos | Hambúrguer de grão-de-bico | Isca de frango ao molho de limão e ervas frescas Arroz branco ou Arroz integral Feijão Carioca Chuchu c/ vagem e milho Purê de abóbora | Isca de frango ao molho de limão e ervas frescas Arroz branco ou Arroz integral Feijão Carioca Chuchu c/ vagem e milho |

Para maiores informações sobre as preparações que contêm Glúten e Lactose, consulte a descrição das preparações expostas no buffet ou envie um e-mail para nutricao@sescdf.com.br

*Não comercializamos refeições em marmitas nos finais de semana e feriados.

*Cardápio sujeito a alterações

CARDÁPIO



Restaurante

PROGRAMAÇÃO DE CARDÁPIOS: Cardápio A

Mês: JUNHO/2024

| DATA | EXTRAS | MOLHOS | SALADA CRUA | SALADA COZIDA | PRATO PRINCIPAL | ACOMPANHAMENTOS | GUARNIÇÃO | SOBREMESA | PÃES PASTAS/PATÊ | OPÇÃO VEGETARIANA | MARMITA DO DIA | MARMITA KIDS |
|--|---|---------------------------------------|---|--|--|--|--|--|--|--|---|---|
| SEGUNDA (10/06) | Uvas passas Palmito Milho Ervilhas | Mostarda e mel Ervas finas Rosê | Salada tropical Tomate em rodelas Guacamole Tabule | Beterraba cozida Batata bolinha c/ cheiro verde Salada de feijão branco ao vinagrete Brócolis salteado | Isca de peixe empanado Carne de panela Lombo suíno assado ao molho próprio Filé de peixe ao molho de maracujá (dois peixesç) | Arroz branco Arroz integral Arroz colorido Feijão carioca | Coxinha de frango Batata sauté Ovos mexidos Nhoque ao molho rosê | Bolo prestígio Cheese cake Mousse de limão Mosaico de gelatina Pudim de leite Frutas da estação fatiadas | Pão de ló Patê de frango | Bolonhesa de lentilha (lentilha, tomate, azeite, alho, sal) | Carne de panela Arroz branco ou integral Feijão carioca Batata bolinha c/ cheiro-verde Ovos mexidos (ovo na marmitaç) | Carne de panela Arroz branco ou integral Feijão carioca Batata bolinha c/ cheiro-verde |
| TERÇA (11/06) | Uvas passas Palmito Milho Ervilhas | Mostarda e mel Ervas finas Rosê | Salada tropical Tomate em pétalas Rabanete com laranja Chicória c/ maçã | Grão de bico ao vinagrete Cenoura palito cozida c/ cebolinha Antepasto de berinjela Mix de repolho refogado | Filé de frango grelhado Cupim ao molho madeira Linguiça de frango acebolada Costela suína ao barbecue Falta Frituraç | Arroz branco Arroz integral Arroz com brócolis Feijão carioca | Kibe frito Macarrão ao alho e óleo Farofa de ovo Escondidinho de carne | Delícia de abacaxi Mousse de chocolate Mosaico de gelatina Pudim de leite Frutas da estação fatiadas | Pão Petrópolis Patê de azeitonas pretas | Abobrinha recheada com proteína de soja e molho de tomate | Filé de frango grelhado Arroz branco ou integral Feijão carioca Cenoura cozida Macarrão ao alho e óleo | Filé de frango grelhado Arroz branco ou integral Feijão carioca Cenoura cozida |
| QUARTA (12/06) Pratos gastronômicos (Padrão Americano) | Uvas passas Palmito Milho Ervilhas | Mostarda e mel Ervas finas Rosê | Salada tropical Tomate em rodelas Rúcula c/ agrião e passas Cenoura com broto de feijão | Repolhonese Quiabo laminado c/ alho e orégano Brócolis salteado Beterraba c/ cheiro verde | Filé de peixe grelhado Coxa e sobrecoxa ao molho de laranja e mel Moqueca de peixe à baiana Dobradinha Isca de frango empanado | Arroz branco Arroz integral Arroz frito c/ovos Feijão carioca | Batata frita Pizza Hamburguer Macarrão com queijo Costelinha ao molho barbecue | Mousse de maracujá Brownie com sorvete Mosaico de gelatina Pudim de leite Frutas da estação fatiadas | Massa folhada com frango Patê de ricota com ervas | Estrogonofe de grão-de-bico com leite de coco | Lagarto ao molho próprio Arroz branco ou integral Feijão carioca Brócolis salteados Quiabo laminado c/ alho e orégano (duas guarnições verdesç Brócolis na marmitaç) | Lagarto ao molho próprio Arroz branco ou integral Feijão carioca Brócolis salteados |
| QUINTA (13/06) | Uvas passas Palmito Milho Ervilhas | Mostarda e mel Ervas finas Rosê | Salada tropical Tomate em pétalas Couve manteiga c/ laranja Acelga c/ passas (muita folhagemç) | Feijão fradinho ao vinagrete Abobrinha c/ cebola roxa Maionese de legumes Jiló refogado | Filé de frango grelhado Linguiça toscana Strogonoff de frango Bife grelhado acebolado (frango e bife grelhadoç) | Arroz branco Arroz integral Arroz carreiro Feijão carioca | Minipastéis fritos Farofa de banana Seleta de legumes Ravioli de frango Batata palha | Banoffe Romeu e julieta Bolo de morango Mosaico de gelatina Pudim de leite Frutas da estação fatiadas | Pão de quatro queijos Patê de presunto | Escondidinho Vegetariano de proteína de soja | Strogonoff de frango Arroz branco ou integral Seleta de legumes Batata palha | Strogonoff de frango Arroz branco ou integral Seleta de legumes |
| SEXTA (14/06) | Uvas passas Palmito Milho Ervilhas | Mostarda e mel Ervas finas Rosê | Salada tropical Tomate em rodelas Vinagrete c/ grão de bico Pepino japonês fatiado c/ gergelim | Mix de repolho refogado Cenoura cozida Grão de bico c/ vinagrete Vagem cozida c/ salsinha | Isca de peixe empanado Feijoada Coxa e sobrecoxa grelhada c/ cebola roxa Bisteca grelhada ao molho | Arroz branco Arroz integral Arroz de forno Feijão carioca | Couve refogada Torresmo Espaguete ao alho e óleo Farofa de cebola | Tartelete de morango Mousse de limão Bolo de chocolate Mosaico de gelatina Pudim de leite Frutas da estação | Pão Ciabatta Patê de frango | Bolinho de proteína de soja (proteína de soja, cenoura ralada, cebola picada, farinha de aveia ou de trigo, ovo, | Isca de peixe empanada Arroz branco ou integral Feijão Carioca Cenoura cozida Espaguete ao alho e óleo | Isca de peixe empanada Arroz branco ou integral Feijão Carioca Cenoura cozida |

CARDÁPIO

| | | | | | | | | | | | | |
|--------------------|---|---------------------------------------|---|--|---|---|--|---|------------------------------------|--|--|---|
| | | | | | chimichurri (não temos contrato) | | | fatiadas | | shoyu, temperos a gosto) | (Peixe na marmitta) | |
| SÁBADO (15/06) | Uvas passas Palmito Milho Ervilhas | Mostarda e mel Ervas finas Rosê | Salada tropical Tomate em pétalas Rúcula, tomate e queijo muçarela Vinagrete | Inhame com cheiro-verde Maionese de legumes Chuchu com milho Antepasto de berinjela | Filé de frango grelhado Coxa e sobrecoxa ao molho de mostarda Lagarto desfiado com legumes Filé de peixe ao molho de espinafre | Arroz branco Arroz integral Arroz mineiro Feijão carioca | Mandioca Frita Abobrinha com milho Sufilé de cenoura Ravioli de carne | Mousse de maracujá Torta de banana caramelizada Mosaico de gelatina Pudim de leite Frutas da estação fatiadas | Pão de ló Patê de peito de peru | Almondegas de proteína de soja ao sugo | Coxa e sobrecoxa ao molho de mostarda Arroz branco ou integral Feijão Carioca Chuchu com milho Sufilé de cenoura | Coxa e sobrecoxa ao molho de mostarda Arroz branco ou integral Feijão Carioca Chuchu com milho |
| DOMINGO (16/06) | Uvas passas Palmito Milho Ervilhas | Mostarda e mel Ervas finas Rosê | Salada tropical Tomate em rodela Chicória c/ morango Beterraba ralada e azeitona | Brócolis no vapor Chips de rabanete Abobrinha grelhada Salpicão | Lombo assado ao molho barbecue Strogonoff de carne Isca de fígado acebolado Parmegiana de frango (Sem contrato de fígado) | Arroz branco Arroz integral Baião de dois Feijão carioca | Batata frita Batata doce sauté Moqueca de banana Farofa simples Nhoque à bolonhesa | Bolo de Churros Néctar dos deuses Pavê de pêssego Mosaico de gelatina Pudim de leite Frutas da estação fatiadas | Pão Petrópolis Patê de queijos | Hambúrguer de grão-de-bico | Strogonoff de carne Arroz branco ou integral Batata doce sauté Farofa simples (strogonoff com natata doce e farofa) | Strogonoff de carne Arroz branco ou integral Batata doce sauté |



Restaurante

PROGRAMAÇÃO DE CARDÁPIOS: Cardápio B – JUNINO

Mês: JUNHO/2024

| DATA | EXTRAS | MOLHOS | SALADA CRUA | SALADA COZIDA | PRATO PRINCIPAL | ACOMPANHAMENTOS | GUARNIÇÃO | SOBREMESA | PÃES PASTAS/PATÊ | OPÇÃO VEGETARIANA | MARMITA DO DIA | MARMITA KIDS |
|--|---|---------------------------------------|--|---|---|---|--|---|---|---|---|---|
| SEGUNDA (17/06) | Uvas passas Palmito Milho Ervilhas | Mostarda e mel Ervas finas Rosê | Salada tropical Tomate em rodela Rabanete em rodela Agrião, rúcula e manga | Maxixe refogado com tomilho Maionese de abóbora c/ salsinha Tabule Abobrinha c/ milho | Filé de frango grelhado Stroganoff de pernil Medalhão de carne Carne cozida com batatas Cachorro quente | Arroz branco Arroz integral Feijão carioca Baião de dois | Coxinha de frango Batata rústica Ovos cozidos Batata palha Seleta de legumes Macarrão alho e óleo Pamonha assada | Cheese Cake Mousse de limão Pudim de leite Frutas da estação fatiadas Bolo de tapioca Canjica de coco Cocada cremosa | Pão de ló Patê de frango Caldo de milho com frango | Almôndega de soja com ricota | Carne cozida com batata Arroz branco ou integral Feijão Carioca Seleta de legumes Macarrão ao alho e óleo | Carne cozida com batata Arroz branco ou integral Feijão Carioca Seleta de legumes |
| TERÇA (18/06) | Uvas passas Palmito Milho Ervilhas | Mostarda e mel Ervas finas Rosê | Salada tropical Tomate em pétalas Repolho branco c/ tomate cereja Acelga com uvas passas | Jiló refogado Brócolis c/ couve-flor Beterraba cozida Cenoura c/ cheiro verde | Peixe em posta ao molho de tomate Lagarto assado ao molho madeira Contrafilé acebolado Frango xadrez Cachorro quente | Arroz branco Arroz integral Feijão carioca Galinhada | Kibe Frito Omelete com couve e tomate Farofa de cebola caramelizada Ravioli de frango Creme de milho | Delícia de Abacaxi Mousse de Chocolate Pudim de tapioca Frutas da estação fatiadas Bolo de mandioca Canjica de amendoim | Pão Petrópolis Patê de azeitonas preta Caldo Vaca atolada | Abobrinha recheada com proteína de soja texturizada e molho de tomate | Frango xadrez Arroz branco ou integral Feijão Carioca Brócolis com couve-flor Farofa de cebola | Frango xadrez Arroz branco ou integral Feijão Carioca Brócolis com couve-flor |
| QUARTA (19/06) Pratos gastronômicos (Festa Junina) | Uvas passas Palmito Milho Ervilhas | Mostarda e mel Ervas finas Rosê | Salada tropical Tomate em rodela Salada de espinafre Repolho roxo c/ manga | Abobrinha c/ salsa Chuchu refogado Chips de cará Maionese de legumes | Filé de frango grelhado Frango recheado Peixe em posta assado c/ legumes ao molho de limão Carne Louca Espetinho de carne Cachorro quente | Arroz branco Arroz integral Feijão carioca Arroz carreteiro Feijão tropeiro | Legumes cozidos no vapor com ervas Empadão goiano Ovos cozido Milho cozido Pastel de carne Mandioca frita | Brigadeirão Pudim de leite Frutas da estação fatiadas Bolo de paçoca Canjica de coco Cural de milho Arroz doce Paçoca Pé de moleque | Massa folhada com frango Patê de ricota com ervas Caldo Verde Pipoca | Bolinho de arroz (farinha de trigo integral, leite, ovos e queijo parmesão) | Carne Louca Arroz branco ou integral Feijão carioca Abobrinha c/ salsa Espaguete (Sem molho?) | Carne Louca Arroz branco ou integral Feijão carioca Abobrinha c/ salsa |
| QUINTA (20/06) | Uvas passas Palmito Milho Ervilhas | Mostarda e mel Ervas finas Rosê | Salada tropical Tomate em pétalas Cenoura, agrião e milho Vinagrete | Salpicão Brócolis japonês no azeite Quiabo com tomate cereja Grão de bico ao vinagrete | Fricassê de frango Pernil acebolado Peixe em posta assado Rabada com agrião (Tem contrato) Cachorro quente | Arroz branco Arroz integral Feijão carioca Maria Izabel | Kibe frito Seleta de legumes Espaguete ao molho sugo Ovos fritos Ravioli de carne Farofa de cuscuz | Banoffe Sorvete de amendoim Pudim de leite Frutas da estação fatiadas Bolo de fubá com goiabada Canjica de amendoim | Pão de quatro queijos Patê de mortadela Caldo de abóbora com carne seca | Escondidinho vegetariano de proteína de soja | Fricassê de frango Arroz branco ou integral Feijão Carioca Seleta de legumes Falta guarnição | Fricassê de frango Arroz branco ou integral Feijão Carioca Seleta de legumes |
| SEXTA (21/06) | Uvas passas Palmito Milho Ervilhas | Mostarda e mel Ervas finas Rosê | Salada tropical Tomate picado Alface americana c/ tomate seco Broto de feijão c/ cenoura ralada | Antepasto de berinjela (corte julienne) Batata, frango e creme de leite Couve-flor c/ cebolinha | Filé de frango grelhado Feijoada Peixe empando Picadinho de carne Cachorro quente | Arroz branco Arroz integral Feijão carioca Biro Biro | Couve refogada Torresmo Farofa de bacon Legumes cozidos com ervas Ovos cozidos Espaguete (Como: Alho e óleo.) Milho cozido | Tartelete de morango Delícia de abacaxi Mousse de limão Pudim de leite Frutas da estação fatiadas Bolo toalha felpuda Canjica de coco | Pão de Ciabatta Patê de frango Caldo de carne com mandioca | Bolinho de mandioca c/ proteína de soja | Picadinho de carne Arroz branco ou integral Feijão Carioca Abóbora cozida c/ cheiro verde Não está no cardápio Farofa de bacon | Picadinho de carne Arroz branco ou integral Feijão Carioca Abobora cozida c/cheiro verde |

CARDÁPIO

| | | | | | | | | | | | | |
|--------------------|---|---------------------------------------|---|--|--|---|---|---|---------------------------------------|---|---|---|
| SÁBADO (22/06) | Uvas passas Palmito Milho Ervilhas | Mostarda e mel Ervas finas Rosê | Salada tropical Tomate em pétalas Rúcula, alface e milho Vinagrete c/ grão de bico | Batata doce cozida Feijão fradinho ao vinagrete Couve cozida com ovo Brócolis c/ cheiro verde | Filé de frango grelhado Pernil à Califórnia Peixe em posta ao molho branco Strogonf de frango Cachorro quente | Arroz branco Arroz integral Feijão carioca Arroz carreteiro | Mandioca frita Creme de milho Farofa de banana Cenouras salteadas com mel e gengibre Batata palha Polenta | Cural de milho Mousse de maracujá Torta de banana caramelizada Pudim de leite Frutas da estação fatiadas Bolo de Churros Canjica de amendoim Arroz Doce | Pão de ló Patê de peito de peru | Almondegas de proteína de soja ao sugo | Strogonoff de frango Arroz branco ou integral Batata doce cozida Batata palha (batata e batata?) | Strogonoff de frango Arroz branco ou integral Batata palha |
| DOMINGO (23/06) | Uvas passas Palmito Milho Ervilhas | Mostarda e mel Ervas finas Rosê | Salada tropical Tomate em rodela com salsinha Agrião, laranja e cebola roxa Pepino c/ manga | Salada de feijão branco Chips de banana da terra Beterraba cozida Cenoura c/ cheiro | Peito de frango grelhado Bisteca suína assada Galinha caipira (temos contrato) Costela suína ao barbecue (Mudou do cardápio B anterior e cardápio "seco" muitas coisas assadas) Cachorro quente | Arroz branco Arroz integral Feijão carioca Arroz Mineiro | Batata frita Farofa doce Legumes ao forno Pirão Quiabo Cuscuz paulista | Pavê de pêssego Néctar dos desuses Pudim de leite Frutas da estação fatiadas Bolo de milho Canjica de coco | Pão Petrópolis Patê de queijos | Berinjela recheada com soja, vinagrete e milho | Peito de frango grelhado Arroz branco ou integral Feijão Carioca Beterraba cozida Legumes ao forno (Mudou do cardápio anterior) | Peito de frango grelhado Arroz branco ou integral Feijão Carioca Legumes ao forno (Mudou do cardápio anterior) |

CARDÁPIO



Restaurante

PROGRAMAÇÃO DE CARDÁPIOS: Cardápio A

Mês: JUNHO/2024

| DATA | EXTRAS | MOLHOS | SALADA CRUA | SALADA COZIDA | PRATO PRINCIPAL | ACOMPANHAMENTOS | GUARNIÇÃO | SOBREMESA | PÃES PASTAS/PATÊ | OPÇÃO VEGETARIANA | MARMITA DO DIA | MARMITA KIDS |
|--|---|---------------------------------------|--|--|---|--|--|---|--|---|--|--|
| SEGUNDA (24/06) | Uvas passas Palmito Milho Ervilhas | Mostarda e mel Ervas finas Rosê | Salada tropical Tomate em rodela Guacamole Tabule | Beterraba cozida Batata bolinha c/ cheiro verde Salada de feijão branco ao vinagrete Brócolis salteado | Isca de peixe empanado Carne de panela Lombo suíno assado ao molho próprio Filé de peixe ao molho de maracujá | Arroz branco Arroz integral Arroz colorido Feijão carioca | Coxinha de frango Batata sauté Ovos mexidos Nhoque ao molho rosé | Bolo prestígio Cheese cake Mousse de limão Mosaico de gelatina Pudim de leite Frutas da estação fatiadas | Pão de ló Patê de frango | Bolonhesa de lentilha (lentilha, tomate, azeite, alho, sal) | Carne de panela Arroz branco ou integral Feijão carioca Batata bolinha c/ cheiro-verde Ovos mexidos (ovo na marmita) | Carne de panela Arroz branco ou integral Feijão carioca Batata bolinha c/ cheiro-verde |
| TERÇA (25/06) | Uvas passas Palmito Milho Ervilhas | Mostarda e mel Ervas finas Rosê | Salada tropical Tomate em pétalas Rabanete com laranja Chicória c/ maçã | Grão de bico ao vinagrete Cenoura palito cozida c/ cebolinha Antepasto de berinjela Mix de repolho refogado | Filé de frango grelhado Cupim ao molho madeira Linguíça de frango acebolada Costela suína ao barbecue Fritura | Arroz branco Arroz integral Arroz com brócolis Feijão carioca | Kibe frito Macarrão ao alho e óleo Farofa de ovo Escondidinho de carne | Delícia de abacaxi Mousse de chocolate Mosaico de gelatina Pudim de leite Frutas da estação fatiadas | Pão Petrópolis Patê de azeitonas pretas | Abobrinha recheada com proteína de soja e molho de tomate | Filé de frango grelhado Arroz branco ou integral Feijão carioca Cenoura cozida Macarrão ao alho e óleo | Filé de frango grelhado Arroz branco ou integral Feijão carioca Cenoura cozida |
| QUARTA (26/06) Pratos gastronômicos (Nordestino) | Uvas passas Palmito Milho Ervilhas | Mostarda e mel Ervas finas Rosê | Salada tropical Tomate em rodela Rúcula c/ agrião e passas Cenoura com broto de feijão | Repolhonese Quiabo laminado c/ alho e orégano Brócolis salteado Beterraba c/ cheiro verde | Filé de peixe grelhado Coxa e sobrecoxa ao molho de laranja e mel Lagarto ao molho próprio Isca de frango empanado | Arroz branco Arroz integral Arroz frito c/ovos Feijão carioca | Batata frita Farofa de espinafre Vagem c/ cenoura Escondidinho de carne seca | Mousse de maracujá Brownie com sorvete Mosaico de gelatina Pudim de leite Frutas da estação fatiadas | Massa folhada com frango Patê de ricota com ervas | Estrogonofe de grão-de-bico com leite de coco | Isca de frango empanado Arroz branco ou integral Feijão carioca Brócolis salteados Quiabo laminado c/ alho e orégano (Diferente do cardápio A anterior) | Isca de frango empanado Arroz branco ou integral Feijão carioca Quiabo laminado c/ alho e orégano |
| QUINTA (27/06) | Uvas passas Palmito Milho Ervilhas | Mostarda e mel Ervas finas Rosê | Salada tropical Tomate em pétalas Couve manteiga c/ laranja Acelga c/ passas (muita folhagem) | Feijão fradinho ao vinagrete Abobrinha c/ cebola roxa Maionese de legumes Jiló refogado | Filé de frango grelhado Linguíça toscana Strogonoff de frango Bife grelhado acebolado (frango e bife grelhado) | Arroz branco Arroz integral Arroz carreteiro Feijão carioca | Minipastéis fritos Farofa de banana Seleta de legumes Ravioli de frango Batata palha | Banoffe Romeu e julieta Bolo de morango Mosaico de gelatina Pudim de leite Frutas da estação fatiadas | Pão de quatro queijos Patê de presunto | Escondidinho Vegetariano de proteína de soja | Strogonoff de frango Arroz branco ou integral Seleta de legumes Batata palha | Strogonoff de frango Arroz branco ou integral Seleta de legumes |
| SEXTA (28/06) | Uvas passas Palmito | Mostarda e mel | Salada tropical | Mix de repolho refogado | Isca de peixe empanado | Arroz branco Arroz integral | Couve refogada Torresmo | Tartelete de morango | Pão Ciabatta Patê de frango | Bolinho de proteína de soja | Isca de peixe empanada | Isca de peixe empanada |

CARDÁPIO

| | | | | | | | | | | | | |
|--------------------|---|--|--|--|--|---|--|---|---------------------------------------|---|---|---|
| | Milho Ervilhas | Ervas finas Rosê | Tomate em rodela Vinagrete c/ grão de bico Pepino japonês fatiado c/ gergelim | Cenoura cozida Grão de bico c/ vinagrete Vagem cozida c/ salsinha | Feijoada Coxa e sobrecoxa grelhada c/ cebola roxa Bisteca grelhada ao molho chimichurri (não temos contrato) | Arroz de forno Feijão carioca | Espaguete ao alho e óleo Farofa de cebola | Mousse de limão Bolo de chocolate Mosaico de gelatina Pudim de leite Frutas da estação fatiadas | | (proteína de soja, cenoura ralada, cebola picada, farinha de aveia ou de trigo, ovo, shoyu, temperos a gosto) | Arroz branco ou integral Feijão Carioca Cenoura cozida Espaguete ao alho e óleo (Peixe na marmiteira) | Arroz branco ou integral Feijão Carioca Cenoura cozida |
| SÁBADO (29/06) | Uvas passas Palmito Milho Ervilhas | Mostarda e mel Ervas finas Rosê | Salada tropical Tomate em pétalas Rúcula, tomate e queijo muçarela Vinagrete | Inhame com cheiro-verde Maionese de legumes Chuchu com milho Antepasto de berinjela | Filé de frango grelhado Coxa e sobrecoxa ao molho de mostarda Lagarto desfiado com legumes Filé de peixe ao molho de espinafre | Arroz branco Arroz integral Arroz mineiro Feijão carioca | Mandioca Frita Abobrinha com milho Suflê de cenoura Ravioli de carne | Mousse de maracujá Torta de banana caramelizada Mosaico de gelatina Pudim de leite Frutas da estação fatiadas | Pão de ló Patê de peito de peru | Almondegas de proteína de soja ao sugo | Lagarto desfiado com legumes Arroz branco ou integral Feijão Carioca Chuchu c/ milho Suflê de cenoura (Diferente do cardápio A anterior) | Lagarto desfiado com legumes Arroz branco ou integral Feijão Carioca Chuchu c/ milho |
| DOMINGO (30/06) | Uvas passas Palmito Milho Ervilhas | Mostarda e mel Ervas finas Rosê | Salada tropical Tomate em rodela Chicória c/ morango Beterraba ralada e azeitona | Brócolis no vapor Chips de rabanete Abobrinha grelhada Salpicão | Lombo assado ao molho barbecue Strogonoff de carne Isca de fígado acebolado Parmegiana de frango (Sem contrato de fígado) | Arroz branco Arroz integral Baião de dois Feijão carioca | Batata frita Batata doce sauté Moqueca de banana Farofa simples Nhoque à bolonhesa | Bolo de Churros Néctar dos deuses Pavê de pêssego Mosaico de gelatina Pudim de leite Frutas da estação fatiadas | Pão Petrópolis Patê de queijos | Hambúrguer de grão-de-bico | Strogonoff de carne Arroz branco ou integral Batata doce sauté Farofa simples (strogonoff com natata doce e farofa) | Strogonoff de carne Arroz branco ou integral Batata doce sauté |