

CARDÁPIO

Mês: ABRIL/2024

Período: 01 a 07/04/24

PROGRAMAÇÃO DE CARDÁPIO

SESC Guará: Nutricionista Danielle Teixeira - CRN/1 5489 – Telefone: 3217-9726



RESTAURANTE

DATA	PRATO EXECUTIVO	PRATO PRINCIPAL	ACOMPANHAMENTOS		GUARNIÇÕES		MARMITA FITNESS	MOLHO	SOBREMESA
01/04 Segunda-feira	1	Carne de panela	Arroz Branco	Feijão Carioca	Cenoura, couve-flor e vagem	Batata sauté	Carne de panela Batata sauté Cenoura, couve-flor e vagem	Molho de mostarda e mel Molho de ervas finas Molho rosê	Bolo de Prestígio Mousse de limão
	2	Filé de frango grelhado ao molho de requeijão	Arroz Integral						
02/04 Terça-feira	1	Cupim ao molho madeira	Arroz Branco	Feijão Carioca	Torta de legumes	Farofa de ovos	Cupim ao molho madeira Cenoura refogada Brócolis no vapor	Molho de mostarda e mel Molho de ervas finas Molho rosê	Delícia de Abacaxi Mousse de Chocolate
	2	Costela suína ao molho barbecue	Arroz Integral						
03/04 Quarta-feira	1	Lagarto ao molho madeira	Arroz Branco	Feijão Carioca	Cenoura cozida	Batata doce sauté	Coxa e sobrecoxa assada Batata doce sauté Cenoura cozida	Molho de mostarda e mel Molho de ervas finas Molho rosê	Mosaico de gelatina Pudim de leite
	2	Coxa e sobrecoxa assada	Arroz Integral						
04/04 Quinta-feira	1	Bife grelhado acebolado	Arroz Branco	1 - Feijão Carioca	Legumes grelhados	Farofa de banana	Filé de frango grelhado Legumes grelhados Batata sauté	Molho de mostarda e mel Molho de ervas finas Molho rosê	Banoffe Bolo de morango
	2	Strogonoff de frango	Arroz Integral						
05/04 Sexta-feira	1	Feijoada	Arroz Branco	2 - Feijão Preto	1 – Couve/Torresmo 2 – Polenta frita	Farofa de cebola	Filé de peixe grelhado Beterraba com salsinha Brócolis e couve-flor no vapor	Molho de mostarda e mel Molho de ervas finas Molho rosê	Mousse de limão Bolo de Laranja
	2	Isca de peixe empanado	Arroz Integral						
06/04 Sábado	1	Lagarto desfiado com legumes	Arroz Branco	Feijão Carioca	Mandioca frita	Abobrinha com milho	*	Molho de mostarda e mel Molho de ervas finas Molho rosê	Verrine de pêssego Mosaico de gelatina
	2	Coxa e sobrecoxa ao molho de mostarda							
07/04 Domingo	1	Lombo assado ao molho barbecue	Arroz Branco	Feijão Carioca	Batata rústica	Seleta de legumes	*	Molho de mostarda e mel Molho de ervas finas Molho rosê	Bolo de Churros Tiramisú
	2	Filé de frango grelhado							

Temos disponíveis também: **SALADA NO POTE, SOBREMESA NO POTE E ADICIONAL DE OVO FRITO NA MARMITA.**

Cardápio sujeito a alterações sem aviso prévio.

"Para maiores informações sobre as preparações que contêm Glúten e Lactose, consulte a descrição das preparações nas etiquetas da marmita ou envie um e-mail para nutricao@sescdf.com.br"