

CARDÁPIO



PROGRAMAÇÃO DE CARDÁPIO

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

Mês: ABRIL/2024

Período: 08 a 14/04/24

RESTAURANTE									
DATA	PRATO EXECUTIVO	PRATO PRINCIPAL	ACOMPANHAMENTOS		GUARNIÇÕES		MARMITA FITNESS	MOLHO	SOBREMESA
08/04 Segunda-feira	1	Carne cozida com batatas	Arroz Branco	Feijão Carioca	Seleta de legumes	Macarrão ao alho e óleo	Filé de frango grelhado Seleta de legumes Batata sauté	Molho de mostarda e mel Molho de ervas finas Molho rosê	Bolo de Prestígio Mousse de limão
	2	Filé de frango grelhado	Arroz Integral						
09/04 Terça-feira	1	Contrafilé acebolado	Arroz Branco	Feijão Carioca	Creme de milho	Farofa de cebola	Isca de frango acebolada Milho cozido	Molho de mostarda e mel Molho de ervas finas Molho rosê	Delícia de Abacaxi Mousse de Chocolate
	2	Frango xadrez	Arroz Integral				Berinjela com pimentões		
10/04 Quarta-feira	1	Almondegas de carne	Arroz Branco	Feijão Carioca	Abobrinha grelhada	Macarrão ao alho e óleo	Peixe em posta assado Abobrinha grelhada	Molho de mostarda e mel Molho de ervas finas Molho rosê	Panna Cotta de manga Mousse de maracujá Pudim de leite
	2	Peixe em posta assado c/ legumes ao molho de limão	Arroz Integral				Beterraba cozida		
11/04 Quinta-feira	1	Pernil acebolado	Arroz Branco	1 - Feijão Carioca	Seleta de legumes	Batata rústica	Filé de frango grelhado Seleta de legumes Batata rústica	Molho de mostarda e mel Molho de ervas finas Molho rosê	Banoffe Bolo de morango
	2	Fricassê de frango	Arroz Integral						
12/04 Sexta-feira	1	Feijoada	Arroz Branco	2 - Feijão Preto	1 – Couve/Torresmo 2 – Legumes no vapor	Farofa de bacon	Filé de peixe grelhado Legumes no vapor Antepasto de berinjela	Molho de mostarda e mel Molho de ervas finas Molho rosê	Mousse de limão Bolo de Laranja
	2	Filé de peixe empando	Arroz Integral						
13/04 Sábado	1	Pernil à Califórnia	Arroz Branco	Feijão Carioca	Cenoura salteada com mel e gengibre	Farofa agridoce	*	Molho de mostarda e mel Molho de ervas finas Molho rosê	Verrine de pêssego Mosaico de gelatina
	2	Strogonoff de frango							
14/04 Domingo	1	Bisteca suína assada	Arroz Branco	Feijão Carioca	Batata sauté	Legumes ao forno	*	Molho de mostarda e mel Molho de ervas finas Molho rosê	Bolo de Churros Tiramisú
	2	Galinha caipira							

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"