

CARDÁPIO

RESTAURANTE		PROGRAMAÇÃO DE CARDÁPIO				Mês: Novembro/2023		Período: 27 a 30/11	
Sesc Fecomércio Senac		SESC Guará: Nutricionista Daniele - CRN/1 5489 – Telefone: 32179725/9726							
DATA	PRATO EXECUTIVO	PRATO PRINCIPAL	ACOMPANHAMENTOS		GUARNIÇÕES		MARMITA FITNESS		
27/11 segunda-feira	1	Churrasco misto	Arroz Branco	Feijão carioca	Abóbora assada	Macarrão ao alho e óleo	Churrasco misto Abóbora assada Beterraba com cebolinha		
	2	Fricassê de frango	Arroz Integral						
28/11 terça-feira	1	Filé de frango à parmegiana	Arroz Branco	Feijão carioca	Chuchu com milho	Farofa de cenoura	Filé de frango grelhado Cenoura em rodela com cebolinha Chuchu com milho		
	2	Falsa Bacalhoda	Arroz Integral						
29/11 quarta-feira	1	Bife à milanesa	Arroz Branco	Feijão carioca	Quiabo acebolado	Abóbora assada com alecrim	Bife grelhado Quiabo acebolado Abóbora assada com alecrim		
	2	Frango Guisado com cenoura	Arroz Integral						
30/11 Quinta feira	1	Isca de frango ao molho de limão e ervas frescas	Arroz Branco	Feijão carioca	Legumes cozidos	Purê de mandioca	*		
	2	Almondêga de carne ao sugo	Arroz Integral						

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."