

PROGRAMAÇÃO DE CARDÁPIO PARA LANCHONETE COM PRATO EXECUTIVO DO SESC-DF

RESTAURANTE: ASA NORTE			PROGRAMAÇÃO DE CARDÁPIOS: PRATO EXECUTIVO				MÊS DE MARÇO/2026			
DATA	MOLHO	SALADA CRUA	SALADA COZIDA	PRATO PRINCIPAL	ACOMPANHAMENTO	GUARNIÇÃO	OPÇÃO VEGETARIANA	MASSA	SOBREMESA (*)	MARMITA
SEGUNDA 02/03/26	Azeite e ervas	Mix de folhas c/ tomate	-	Strogonoff de frango	Arroz branco	Batata palha	-	-		-
TERÇA-FEIRA 03/03/26	Azeite e ervas	Mix de folhas c/ tomate	-	Penne a bolonhesa	-	-	-	-		-
QUARTA 04/03/26	Azeite e ervas	Mix de folhas c/ tomate	-	Lombo assado com molho de ervas	Talharim ao molho branco	-	-	-	Suspiro de Banana Brigadeiro	-
QUINTA 05/03/26	Azeite e ervas	Mix de folhas c/ tomate	-	Bife acebolado	Arroz branco	Feijão carioca	Batata rústica			
SEXTA 06/03/26	-	-	-	Feijoada (lombo, carne, calabresa, paio, bacon)	Arroz branco	Torresmo Crisp de couve Farofa Laranja	-	-	Torta de abacaxi Mousse de limão	-
SÁBADO 07/03/26	FECHADO									
DOMINGO 08/03/26	FECHADO									
SEGUNDA 09/03/26	Azeite e ervas	Mix de folhas c/ tomate	-	Strogonoff de patinho	Arroz branco	Batata palha	-	-	Bolo de tapioca Torta de brigadeiro	-
TERÇA 10/03/26	Azeite e ervas	Mix de folhas c/ tomate	-	Frango xadrez	Arroz primavera	-	-	-	Tortelete de morango Mousse de chocolate	-
QUARTA 11/03/26	Azeite e ervas	Mix de folhas c/ tomate	-	Lagarto recheado	Nhoque ao molho sugo	-	-	-	Pavê Romeu e Julieta	-
QUINTA 12/03/26	Azeite e ervas	Mix de folhas c/ tomate	-	Ragu de lombo	Polenta	-		-	Brownie Cocada	-
SEXTA 13/03/26	-	-	-	Feijoada (lombo, carne, calabresa, paio, bacon)	Arroz branco	Torresmo Crisp de couve Farofa Laranja	-	-	Mousse de maracujá Pudim de leite	-
SÁBADO 14/03/26	FECHADO									
DOMINGO 15/03/26	FECHADO									
SEGUNDA 16/03/26	Azeite e ervas	Mix de folhas c/ tomate	-	Galinhada	Quiabo refogado	-	-	-	Torta mousse de chocolate Delícia de abacaxi	-
TERÇA 17/03/26	Azeite e ervas	Mix de folhas c/ tomate	-	Carne de sol acebolada	Aroz branco	Mandioca cozida	Paçoca	-	Bolo de coco gelado Brigadeiro	-
QUARTA 18/03/26	Azeite e ervas	Mix de folhas c/ tomate	-	Yakissoba de frango	-	-	-	-	Torta alemã Mousse de maracujá-	-
QUINTA 19/03/26	Azeite e ervas	Mix de folhas c/ tomate	-	Polpetone	Penne ao sugo	-	-	-	Torta de limão Mousse de chocolate	-
SEXTA 20/03/26	-	-	-	Feijoada (lombo, carne, calabresa, paio, bacon)	Arroz branco	Torresmo Crisp de couve	-	-	Pudim de leite Brigadeiro	-

PROGRAMAÇÃO DE CARDÁPIO PARA LANCHONETE COM PRATO EXECUTIVO DO SESC-DF

						Farofa Laranja				
SÁBADO 21/03/26	FECHADO									
DOMINGO 22/03/26	FECHADO									
SEGUNDA 23/03/26	Azeite e ervas	Mix de folhas c/ tomate	-	Arroz carreteiro	Farofa de banana	Vinagrete	-	-	Suspiro de banana Tortinha de limão	-
TERÇA 24/03/26	Azeite e ervas	Mix de folhas c/ tomate	-	Lombo ao molho de abacaxi	Arroz branco	Feijão tropeiro	Seleta de legumes	-	Tortelete de limão Mousse de maracujá	-
QUARTA 25/03/26	Azeite e ervas	Mix de folhas c/ tomate	-	Escalope ao molho madeira	Arroz biro-biro	-	-			-
QUINTA 26/03/26	Azeite e ervas	Mix de folhas c/ tomate	-	Iscas de frango acebolada	Arroz branco	Feijão carioca	Maionese			
SEXTA 27/03/26	-	-	-	Feijoada (lombo, carne, calabresa, paio, bacon)	Arroz branco	Torresmo Crisp de couve Farofa Laranja	-	-	Pudim de leite Mousse de chocolate	-
SÁBADO 28/03/26	FECHADO									
DOMINGO 29/03/26	FECHADO									
SEGUNDA 30/03/26	Azeite e ervas	Mix de folhas c/ tomate	-	Strogonoff de frango	Arroz branco	Batata palha		-	Bolo de tapioca Torta de brigadeiro	-
TERÇA 31/03/26	Azeite e ervas	Mix de folhas c/ tomate	-	Isca de carne acebolada	Baião de dois	Vinagrete		-	Tortelete de morango Mousse de chocolate	-
OBS	(*) Prato disponível apenas no SESC Asa Norte - Cardápio sujeito à alteração devido à sazonalidade dos produtos e a disponibilidade de entrega dos fornecedores									

FERNANDA DIONÍSIO DOURADO COSTA - 04823
GERENTE DE ÁREA

BRUNA PEDROSA – CRN 11.892
NUTRICIONISTA