

 RESTAURANTE: CLDF/SESC TAG. NORTE/SESC GAMA/SEDE			PROGRAMAÇÃO DE CARDÁPIOS (B)				MÊS DE SETEMBRO			
DATA	MOLHO	SALADA CRUA	SALADA COZIDA	PRATO PRINCIPAL	ACOMPANHAMENTO	GUARNIÇÃO	OPÇÃO VEGETARIANA	MASSA	SOBREMESA	MARMITAS
01/09/2026 Terça-feira	Vinagrete Molho rosé	Salada Tropical Tomate em rodela Cenoura ralada c/ repolho roxo Pepino	Seleta de Legumes Salada de Grão-de-bico Beterraba cozida Brocolis no vapor	Bife acebolado Fricassê de frango Moqueca de peixe Filé de frango grelhado	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca	Batata corada Pirão de peixe Chuchu gratinado Farofa de cebola e alho	Ovos mexidos	Espaguete ao alho e óleo	Frutas laminadas (2 tipos) Frutas em caldas (1 tipo) Pudim Mousse de Limão Bolo de doce leite com ameixa Manjar (sem lactose)	Bife acebolado Arroz branco Feijão carioca Batata corada Farofa de cebolas e alho
02/09/2026 Quarta-feira	Molho mostarda e Mel Molho balsâmico	Salada tropical Tomate em cubos Beterraba ralada Acelga	Cenoura, ervilha e milho Caponata de berinjela Salada de grãos Salada de macarrão	Carne de sol Sobrecoxa assada Merluza à moda Filé de frango grelhado	Arroz branco Arroz integral Arroz com lentilha Feijão carioca	Purê de batata Couve-flor cozida Jiló Farofa de bacon	Ratatouille Ovos cozidos	Parafuso Molho ao sugo	Frutas laminadas (2 tipos) Frutas em caldas (1 tipo) Pudim Mousse de maracujá Bolo de leite ninho Bolo de travessa (sem lactose)	Merluza à moda Arroz branco Feijão carioca Couve-flor cozida Farofa de bacon
03/09/2026 Quinta-feira	Molho rosé Molho de ervas	Salada tropical Tomate em cubos Acelga e milho Vinagrete	Beterraba Salada de Feijão Fradinho Chuchu com cheiro-verde Salpicão	Parmegiana de carne Sobrecoxa assada Costelinha ao molho barbecue Filé de frango grelhado	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca	Batata rústica Temporá de Legumes Brocolis cozido Farofa de bacon	Cogumelo (shitake) refogado com cebola e alho Ovos mexidos	Penne molho branco	Frutas laminadas (2 tipos) Frutas em caldas (1 tipo) Pudim Arroz doce Bolo de amendoim Cocada (sem lactose)	Parmegiana de carne Arroz branco Feijão carioca Batata rústica Farofa de bacon
04/09/2026 Sexta-feira	Molho de mostarda e mel Molho de cebola roxa	Salada tropical Tomate em rodela Salada de rúcula Mix de repolho	Salpicão Salada de grão de bico Couve-flor ao azeite Batata baroa	Feijoada Frango assado de peixe Isca Filé de frango grelhado	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca	Legumes assados Torresmo Batata gratinada couve refogada Farofa cebola	Cogumelo (shitake) refogado com cebola e alho Ovos fritos	Nhoque - Molho sugo	Frutas laminadas (2 tipos) Frutas em caldas (1 tipo) Pudim Bombom de Uva Bolo Brigadeiro Bolo de travessa (sem lactose)	Frango assado Arroz branco Feijão carioca Legumes assados Farofa de cebola

05/09/2026 Sábado	Molho agri-doce Molho de balsamico	Salada Tropical Tomate em rodela Salada de espinafre c/ Tomate seco Almeirão com alface	Salada de chuchu beterraba c/ gergelim Brócolis c/ alho crocante Jiló ao forno	Carne de panela Lombo ao molho Filé de frango grelhado	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca	Tutu de feijão Batata assada Abobrinha refogada Farofa de ovos	Moqueca de banana-da-terra Ovos cozidos	Talharim Molho ao sugo	Frutas laminadas (2 tipos) Frutas em caldas (1 tipo) Pudim Banoffe Bolo de limão Cocada (sem lactose)	Carne de panela Arroz branco Feijão carioca Abobrinha assada Farofa de ovos
06/09/2026 Domingo	logurte com hortelã Molho de ervas	Salada Tropical Tomate em rodela Beterraba ralada Rúcula c/ agrião	Maionese Couve- flor Batata doce Brócolis	Frango caipira Vaca atolada (costela com mandioca) Peixe frito (molho tártaro) Filé de frango grelhado	Arroz branco Arroz carreteiro Feijão carioca	Seleta de Legumes Banana Empanada Farofa de bacon Pirão de Peixe	Ratatouille Ovos fritos	Macarrão penne Molho gorgonzola	Frutas laminadas (2 tipos) Frutas em caldas (1 tipo) Pudim Curau com canela Bolo de Prestígio Verrine de kiwi (sem lactose)	Vaca atolada Arroz branco Feijão carioca Seleta de legumes Farofa de bacon
07/09/2026 Segunda-feira	Vinagrete Molho rosé	Salada tropical Tomate em pétalas Broto de feijão c/ cenoura ralada Pepino	Salada de macarrão Beterraba cozida c/ cebolinha Caponata de berinjela Lentilha com abobrinha, tomate e cebolas	Bife acebolado Frango à parmegina Bisteca ao barbecue Filé de frango grelhado	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca	Crema de espinafre Purê de batata Abóbora assada c/ ervas Farofa de bacon	Torta de legumes Ovos mexidos	Parafuso Molho napolitano	Frutas laminadas (2 tipos) Frutas em caldas (1 tipo) Pudim Delícia de Morango Bolo de maracujá Danoninho de morango (sem lactose)	Frango à parmegiana Arroz branco Feijão carioca Purê de batata
08/09/2026 Terça- feira	Molho de tomilho Mostarda e mel	Salada Tropical Tomate em cubos Pepino Acelga	Mandioquinha cozida Cenoura cozida Salada de feijão branco Brócolis	Lagarto ao molho ferrugem Stroganoff de frango Peixe empanado Filé de frango grelhado	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca	Batata palha Vagem com Milho Farofa crocante Abóbora	Ovos cozidos	Nhoque à bolonhesa	Frutas laminadas (2 tipos) Frutas em caldas (1 tipo) Pudim Sorvete de amendoim Bolo de coco Manjar sem lactose	Lagarto ao molho ferrugem Arroz branco Feijão carioca Vagem com milho Farofa crocante
09/09/2026 Quarta-feira	Molho verde Molho balsâmico	Salada tropical Tomate em pétalas Salada de repolho e tomate seco Cenoura c/ beterraba ralada	Salada de Milho e Vagem Salada de Batata- Doce Salada de macarrão Abobrinha refogada	Carne de sol Moqueca de peixe Lombo ao molho Filé de frango grelhado	Arroz branco Arroz integral Arroz com brócolis Feijão carioca	Milho Refogado Couve- flor gratinada Pirão de peixe Farofa crocante	Ovos fritos	Espaguete ao alho e óleo	Frutas laminadas (2 tipos) Frutas em caldas (1 tipo) Pudim Manjar de coco Bolo de abacaxi Arroz doce (sem lactose)	Lombo ao molho Arroz branco Feijão carioca Couve -flor gratinada

10/09/2026 Quinta-feira	Mostarda e mel Vinagrete	Salada Tropical Tomate em rodela Rúcula com acelga Broto de feijão ao vinagrete	Salada de feijão fradinho Abóbora c/ ervas Couve-flor c/ milho Brócolis	Picadinho ao molho ferrugem Coxa e sobrecoxa assada Peixe à moda Filé de frango grelhado	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca	Batata bolinha assada Abóbora assada Creme de espinafre Farofa panko	Ratatouille Ovos mexidos	Lasanha à bolonhesa	Frutas laminadas (2 tipos) Frutas em caldas (1 tipo) Pudim Néctar dos deuses Bolo de doce de leite com ameixa Verrine de Kiwi (sem lactose)	Coxa e sobrecoxa assada Arroz branco Feijão carioca Abóbora assada Farofa panko
11/09/2026 Sexta-feira	Molho italiano logurte com ervas finas	Salada tropical Tomate rodela Mix de repolho com maçã Rabanete agri-doce	Salpicão Vagem com tomate seco Salada de lentilha Jiló refogado	Bife de contra filé empanado Feijoada Bisteca ao molho de abacaxi Filé de frango grelhado	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca	Torresmo Couve refogada Farofa de cebola Berinjela empanada	Omelete de legumes	Lasanha de frango ao molho branco	Frutas laminadas (2 tipos) Frutas em caldas (1 tipo) Pudim Tapioca com leite condensado Torta de Chocolate Cocada (sem lactose)	Arroz branco Feijão Carioca Frango Xadrez Farofa de cebola Brócolis com cenoura
12/09/2026 Sábado	Molho rosê Azeite com ervas finas	Salada Tropical Tomate meia lua Pepino agri-doce Cenoura ralada	Maionese de beterraba Grão de bico ao vinagrete Couve flor ao alho Quiabo cozido	Cupim ao molho madeira Frango assado Isclas de peixe ao panko Filé de frango grelhado	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca	Purê de batata Abobrinha com milho Banana da terra frita Baroa com cheiro verde	Kibe com legumes Ovos cozidos	Nhoque à bolonhesa	Frutas laminadas (2 tipos) Frutas em caldas (1 tipo) Pudim Mousse de maracujá Torta de ninho com morango Verrine de pêssego (sem lactose)	Cupim ao molho madeira Arroz branco Feijão carioca Purê de batata Abobrinha com milho
13/09/2026 Domingo	Molho italiano Mostarda com mel	Salada Tropical Tomate picado Vinagrete Rúcula com laranja	Caponata de abobrinha Maxixe com milho Batata doce em rodela Salada de feijão fradinho	Bife à pomodoro Almondegas ao sugo Filé de frango grelhado	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca	Farofa de bacon Macarrão ao molho branco Cenoura com salsinha Banana ao panko	Moqueca de banana-da-terra Ovos fritos	Canelone de presunto e queijo	Frutas laminadas (2 tipos) Frutas em caldas (1 tipo) Pudim Pavê de pêssego Tortelete de Geleia de morango Gelatina (sem lactose)	Almôndegas ao sugo Arroz branco Feijão carioca Farofa de bacon Cenoura com salsinha

14/09/2026 Segunda-feira	Molho tártaro Azeite com ervas finas	Salada Tropical Tomate rodelas Espinafre com muçarela Rabanete agri-doce	Maionese de batata Grão de bico ao vinagrete Couve flor ao alho Chuchu com milho	Carne de panela com legumes Linguíça de frango Lombo suíno recheado com farofa (molho barbecue à parte) Filé de frango grelhado	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca	Feijão tropeiro Creme de milho Brócolis ao alho Cuscuz paulista	Suflê de legumes Ovos mexidos	Espaguete ao alho e óleo	Frutas laminadas (2 tipos) Frutas em caldas (1 tipo) Pudim Tapioca com doce de leite Torta gelada de prestigio Delícia de maçã (sem lactose)	Lombo suíno recheado com farofa Arroz branco Feijão carioca Creme de milho Brócolis ao alho
15/09/2026 Terça- feira	Molho italiano Molho ranch	Salada Tropical Tomate meia lua Pepino agri-doce Cenoura ralada	Caponata de berinjela Salada de lenitiilha Abóbora japonesa com ervas finas Beterraba cozida	Kafta Bobó de frango Filé de peixe à portuguesa Filé de frango grelhado	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca	Batata corada Virado de cenoura Abobrinha com milho Torta de frango	Torta de legumes com massa integral (sem ovos/leite) Ovos cozidos	Espaguete à carbonara	Frutas laminadas (2 tipos) Frutas em caldas (1 tipo) Pudim Mousse de Limão siciliano Torta dois amores Pudim (sem lactose)	Bobó de frango Arroz branco Feijão carioca Virado de cenoura Abobrinha com milho
16/09/2026 Quarta-feira	Molho verde Molho italiano	Salada Tropical Tomate picado Mix de repolho com maçã Broto de feijão com ervilhas	Batata inglesa com salsinha Salada de feijão fradinho Cenoura com chuchu Salada de grão de bico	Costela bovina cozida Coxa e sobrecoxa assada Bisteca ao molho shoyo Filé de frango grelhado	Arroz branco Arroz integral Arroz carreteiro Feijão carioca	Mandioca cozida Ratatouille Couve flor com cenoura e vagem Empadão de palmito	Hambúrguer de grão-de-bico nutritivo Ovos fritos	Rondele de frango ao molho sugo	Frutas laminadas (2 tipos) Frutas em caldas (1 tipo) Pudim Fudge Bolo mousse de limão Moisaico de gelatina (sem lactose)	Bisteca ao shoyo Arroz branco Feijão carioca Couve flor com cenoura e vagem Mandioca cozida
17/09/2026 Quinta- feira	Molho de laranja Molho de verde	Salada Tropical Tomate em cubos Acelga Pepino	Cenoura c/ cebolinha Salada de Grão de bico Abobrinha Batata doce	Bife acebolado Frango ao molho Costelinha suína ao barbecue Filé de frango grelhado	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca	Mandioca cozida Creme de milho Quiabo assado Farofa de calabresa	Omelete de legumes	Macarrão ao alho e óleo	Frutas laminadas (2 tipos) Frutas em caldas (1 tipo) Pudim Curau Bolo de churros Arroz doce (sem lactose)	Frango ao molho Arroz branco Feijão carioca Creme de milho Farofa de calabresa
18/09/2026 Sexta- feira	Vinagrete Molho de iogurte	Salada Tropical Tomate em rodelas Mix repolho Pepino	Couve Flor com Milho Salada de Feijão Fradinho Chuchu com cheiro- verde Salada de macarrão	Lagarto ao molho ferrugem Feijoada Frango assado Filé de frango grelhado	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca	Torresmo Vagem com Milho Couve refogada Farofa crocante	Torta de legumes Ovos mexidos	Talharim molho branco	Frutas laminadas (2 tipos) Frutas em caldas (1 tipo) Pudim Delícia de morango Bolo de chocolate Manjar (sem lactose)	Feijoada Arroz branco Torresmo Couve refogada Farofa crocante

19/09/2026 Sábado	Molho agridoce Molho de cebola roxa	Salada Tropical Tomate pétalas Vinagrete Acelga	Caponata de berinjela Batata baroa c/ cebolinha Jiló c/ alho Beterraba cozida	Bife à parmegiana Filé de frango grelhado Kafta Suína	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca	Chuchu gratinado Brócolis Purê de batata Farofa de cebola	Quibe de abóbora Ovos cozidos	Espaguete Molho napolitano	Frutas laminadas (2 tipos) Frutas em caldas (1 tipo) Pudim Cheesecake de maracujá Bolo de frutas vermelhas Verrine de manga (sem lactose)	Bife à parmegiana Arroz branco Feijão carioca Purê de batata
20/09/2026 Domingo	Molho balsâmico Molho de iogurte	Salada Tropical Tomate em rodela Mix de repolho Vinagrete	Jiló Vagem com milho Salada de Feijão fradinho	Lombo à moda Frango assado Filé de peixe ao molho de alcaparras Filé de frango grelhado	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca	Batata assada couve-flor gratinada Cenoura cozida Farofa de bacon	Ovos mexidos	Espaguete ao alho e óleo	Frutas laminadas (2 tipos) Frutas em caldas (1 tipo) Pudim Banoffe Bolo de nozes Manjar (sem lactose)	Frango assado Arroz branco Feijão carioca Cenoura cozida Farofa de bacon
21/09/2026 Segunda-feira	Molho de Ervas Molho de limão	Salada tropical Tomate em cubos Cenoura ralada Acelga com tomate seco	Quiabo assado Batata doce assada Grão de bico Brócolis c/ gergelim	Carne ao molho de vinho Isca de frango acebolada Peixe assado	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca	Polenta Chuchu gratinado Ratatouille Farofa de cebola	Torta de legumes Ovos fritos	Parafuso ao sugo	Frutas laminadas (2 tipos) Frutas em caldas (1 tipo) Pudim Néctar dos deuses Bolo de abacaxi Doce de abóbora com coco na travessa (sem lactose)	Isca frango acebolada Arroz branca Feijão carioca Chuchu gratinado Farofa de cebola
22/09/2026 Terça- feira	Vinagrete Molho verde	Salada tropical Tomate em cubos Mix de Repolho Agrião com Laranja	Maionese de batata, cebola e ovos Inhame temperado Chuchu refogado Salada de brócolis, cenoura e salsa	Carne de sol Frango ao molho caipira Bisteca suína Filé de frango grelhado	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca	Quiubebe de Mandioca Quiabo com milho Legumes a julienne Farofa de bacon	Moqueca de banana da terra Ovos mexidos	Macarrão ao alho e óleo	Frutas laminadas (2 tipos) Frutas em caldas (1 tipo) Pudim de milho Sorvete de amendoim Bolo queijadinha Manjar (sem lactose)	Bisteca suína Arroz branco Feijão carioca Legumes a julienne Farofa de bacon
23/09/2026 Quarta-feira	Molho campanha Molho Rosé	Salada Tropical Tomate em cubos Pepino Acelga com azeitona	Maionese Beterraba cozida c/ cebolinha Caponata de berinjela Chuchu	Picadinho de carne com legumes Frango à parmegiana Lombo suíno Filé de frango grelhado	Arroz branco Arroz integral Arroz com costela desfiada Feijão carioca	Batata frita/ assada Quiubebe de abóbora Farofa de cenoura Legumes ao forno	Omelete	Parafuso Molho ao sugo	Frutas laminadas (2 tipos) Frutas em caldas (1 tipo) Pudim Cheesecake de limão Bolo leite ninho com morango Cocada (sem lactose)	Picadinho de carne com legumes Arroz branco Feijão carioca Batata frita assada Farofa de cenoura

24/09/2026 Quinta-feira	Molho mostarda e mel Molho balsâmico	Salada tropical Tomate em pétalas Agrião Salada de espinafre c/ tomate seco Pepino	Salpicão Quiabo refogado Batata doce assada Salada de grão de bico	Carne de Sol na manteiga Strogonoffe de frango Pernil assado Filé de frango grelhado	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca	Banana da terra empanada Batata bolinha assada Legumes assados Farofa de cebola	Ovos mexidos	Espaguete ao alho e óleo	Frutas laminadas (2 tipos) Frutas em caldas (1 tipo) Pudim Delícia de uva Bolo redvelvet Verrine de manga (sem lactose)	Strogonoffe de frango Arroz branco Batata Bolinha
25/09/2026 Sexta-feira	Vinagrete Molho Tártaro	Salada tropical Tomate em pétalas Tabule Alface americana c/ tomate	Baroa c/ cebolinha Berinjela assada Abóbora assada Brócolis	Bife acebolado Frango assado Feijoada Filé de frango grelhado	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca	Couve Refogada Torresmo Abobrinha com milho Farofa de bacon	Cogumelo (shitake) refogado com cebola e alho Ovos fritos	Espaguete alho e óleo	Frutas laminadas (2 tipos) Frutas em caldas (1 tipo) Pudim Mousse de Limão Bolo de chocolate Bolo na travessa (sem lactose)	Frango assado Arroz branco Feijão carioca Abobrinha com milho Farofa de bacon
26/09/2026 Sábado	Vinagrete Molho de iogurte	Salada tropical Tomate em rodela Acelga c/ manga, morango e passas Agrião c/ abacaxi	Salpicão Brócolis japonês ao azeite Quiabo c/ tomate cereja Salada de grão de bico	Filé de frango grelhado Cupim assado Fricassé de frango Filé de merluza assado com ervas	Arroz Branco Arroz integral Feijão Carioca	Purê de batata Cenoura Sauté Brócolis Farofa de calabresa	Moqueca de banana da terra Ovos cozidos	Penne Molho branco	Frutas laminadas (2 tipos) Frutas em caldas (1 tipo) Pudim Manjar de coco Bolo de ninho com morango Doce de abóbora com coco (sem lactose)	Cupim assado Arroz branco Feijão carioca Cenoura sauté Farofa de calabresa
27/09/2026 Domingo	Molho tártaro Azeite com ervas finas	Salada Tropical Tomate meia lua Rúcula com abacaxi Beterraba ralada com milho	Abobrinha grelhada com alho Couve-flor cozida com tomate cereja e orégano. Salada de feijão fradinho	Parmegiana de frango Bife acebolado Filé de peixe ao molho de limão	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca	Cebola gratinada Empadão de frango Brócolis ao vapor Farofa de bacon	Torta de legumes com massa integral (sem ovos/leite) Ovos cozidos	Penne ao molho branco com brócolis.	Frutas laminadas (2 tipos) Frutas em caldas (1 tipo) Pudim Palha italiana Torta de churros Gelatina (sem lactose)	Bife acebolado Arroz branco Feijão carioca Farofa de bacon Empadão de frango
28/09/2026 Segunda-feira	Molho italiano iogurte com ervas finas	Salada tropical Tomate em pétalas Salada Caesar Cenoura ralada	Maxixe cozido Batata doce em rodela Maionese de batata Salada grão de bico	Costela bovina cozida Linguiça de frango acebolada Isclas de frango a primavera	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca	Mandioca cozida Pirão de carne Chuchu com milho Ovos cozidos	Silveirinha de soja Ovos fritos	Macarrão talharim ao molho sugo	Frutas laminadas (2 tipos) Frutas em caldas (1 tipo) Pudim Pavê de chocolate Cocada cremosa Verrine de kiwi (sem lactose)	Costela bovina Arroz branco Feijão carioca Mandioca cozida Pirão de carne

29/09/2026 Terça-feira	Molho de maracujá Azeite com ervas finas	Salada tropical Tomate em rodela c/ salsa Rúcula, alface e milho Agrião, laranja e cebola roxa	Maionese de legumes Salada de lentilha Vagem com milho Abóbora cozida	Carne desfiada na moranga Isca de peixe ao panko Filé de frango recheado	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca	Batata rústica Tutu de feijão Cenoura sauté Farinha de milho com calabresa	Panqueca de Espinafre com tomate seco Ovos mexidos	Ravioli de frango	Frutas laminadas (2 tipos) Frutas em caldas (1 tipo) Pudim Mousse de limão c/ chocolate Torta gelada de pêssego Mosaico de gelatina(sem lactose)	Picadinho de carne Arroz branco Feijão carioca Seleta de legumes Farofa de bacon
30/09/2026 Quarta-feira	Molho italiano Molho de alho	Salada tropical Tomate em rodela Cenoura, acelga e milho Mix de Repolho c/ palmito	Jiló refogado Couve-flor c/ milho Beterraba cozida Vagem com baroa	Almôndegas de carne ao molho Costelinha suína com geléia de pimenta Coxa e sobrecoxa empanada ao panko Filé de frango grelhado	Arroz branco Arroz integral Arroz colorido Feijão carioca	Abóbora assada Kibe de forno Brócolis com couve flor Farofa de cebola	Omelete de espinafre	Lasanha à bolonhesa	Frutas laminadas (2 tipos) Frutas em caldas (1 tipo) Pudim Bolo na travessa de goiabada Cocada Delícia de maçã (sem lactose)	Almôndegas de carne ao molho Arroz branco Feijão carioca Brócolis com couve flor Farofa de cebola
Cardápio sujeito à alteração devido à sazonalidade dos produtos e a disponibilidade de entrega dos fornecedores							Assinatura:		Assinatura:	
FERIADO							FERNANDA DIONÍSIO 6597		MARIANA MELO CRN 1 -2645	
FINAL DE SEMANA							GERENTE DE ÁREA		SUPERVISORA DE ÁREA	