

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

LANCHONETE SESC TAGUATINGA SUL				PROGRAMAÇÃO DE CARDÁPIOS: PRATO EXECUTIVO			MÊS DE SETEMBRO/26		
DATA	MOLHO	SALADA CRUA	SALADA COZIDA	PRATO PRINCIPAL	ACOMPANHAMENTO	GUARNIÇÃO	OPÇÃO VEGETARIA NA	SOBREMESA	MARMITA
SÁBADO 01/08/26	Cardápio servido na Marmita			Feijoada (lombo, carne, calabresa, paio, bacon, pé e rabo)	Arroz branco	Torresmo Crisp de couve Farofa Laranja	-	Pudim de leite condensado Manjar de coco Mousse de Maracujá	-
DOMINGO 02/08/26	Cardápio servido na Marmita			Strogonoff de Frango	Arroz branco	Batata Palha	-	Pudim de leite condensado Manjar de coco Mousse de Maracujá	-
SEGUNDA 03/08/26	Azeite e ervas	Mix de folhas c/ tomate	-	Strogonoff de Filé Mingnon	Arroz branco	Batata palha	-	Chesse cake de frutas vermelhas Pudim de leite condensado	Filé de Frango acebolado Arroz, Feijão e legumes
TERÇA 04/08/26	Azeite e ervas	Mix de folhas c/ tomate	-	Cupim ao molho próprio	Arroz	Feijão Carioca	Legumes	Tortelete de morango Mousse de chocolate	Coxa e sobrecoxa assada Arroz, Feijão e legumes
QUARTA 05/08/26	Azeite e ervas	Mix de folhas c/ tomate	-	Bife de contra-file Acebolado	Arroz branco	Feijão carioca	Batata rústica	Pavê Romeu e Julieta	Frango xadrez Arroz, Feijão e legumes
QUINTA 06/08/26	Azeite e ervas	Mix de folhas c/ tomate	-	Isca de frango acebolada	Arroz com brócolis	Creme de milho	Legumes Salteados	Brownie Cocada	Arroz cremoso com Fraldinha Feijão e Legumes
SEXTA 07/08/26	-	-	-	Feijoada (lombo, carne, calabresa, paio, bacon)	Arroz branco	Crisp de couve Farofa Laranja	-	Mousse de maracujá Pudim de leite	Filé de Peixe empanado Arroz, Pirão e Legumes
SÁBADO 08/08/26	Cardápio servido na Marmita			Feijoada (lombo, carne, calabresa, paio, bacon)	Arroz branco	Couve Refogada Farofa Laranja		Pudim de leite condensado Delícia de Morango Mousse de Limão	
DOMINGO 09/08/26	Cardápio servido na Marmita			Paella Mineira (Lombo, Linguíça, Bacon e Queijo coalho)	Arroz branco			Pudim de leite condensado Delícia de Morango Mousse de Limão	
SEGUNDA 10/08/26	Azeite e ervas	Mix de folhas c/ tomate	-	Salmão ao molho de Maracujá	Arroz com brócolis	Feijão Carioca	Legumes assados	Torta mousse de chocolate Delícia de abacaxi	Galinhada Feijão carioca Legumes
TERÇA 11/08/26	Azeite e ervas	Mix de folhas c/ tomate	-	Carne de sol acebolada	Arroz branco	Mandioca cozida	Salada de feijão fradinho	Bolo de coco gelado Brigadeiro	Coxa e sobrecoxa assada Arroz, Feijão e legumes
QUARTA 12/11/26	Azeite e ervas	Mix de folhas c/ tomate	-	Frango ao creme de milho	Arroz branco	Feijão carioca	Legumes assados	Torta alemã Mousse de maracujá	Bife acebolado Arroz com brócolis Feijão carioca

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

									Legumes assados
QUINTA 13/11/26	Azeite e ervas	Mix de folhas c/ tomate	-	Lombo ao molho barbecue	Arroz branco	Feijão Carioca	Batata sautê	Torta de limão Mousse de chocolate	Isca de filé de frango ao molho de tomate Arroz, Feijão e legumes
SEXTA 14/11/26	-	-	-	Feijoada (lombo, carne, calabresa, paio, bacon)	Arroz branco	Crisp de couve Farofa Laranja	-	Pudim de leite Brigadeiro	Filé de Peixe ao molho Arroz, Pirão e Legumes
SÁBADO 15/11/26	Cardápio servido na Marmita			Comemoração Dia dos Pais	Carne de Sol com Mandioca, Arroz branco, Feijão Fradinho e Paçoca de carne			Pudim do Papai (Pudim de café) Mousse de limão siciliano	
DOMINGO 16/11/26	Cardápio servido na Marmita			Comemoração Dia dos Pais	Feijoada (lombo, carne, calabresa, paio, bacon), Arroz brancoTorresmo, couve, Farofa e Laranja			Delícia de Morango Gelatina colorida	
SEGUNDA 17/08/26	Azeite e ervas	Mix de folhas c/ tomate	-	Strogonoff de Camarão	Arroz branco	Batata palha	-	Suspiro de banana Tortinha de limão	Cupim ao molho próprio Arroz, Feijão e legumes
TERÇA 18/08/26	Azeite e ervas	Mix de folhas c/ tomate	-	Lombo ao molho barbecue	Arroz branco	Feijão tropeiro	Purê de abóbora	Tortelete de limão Mousse de maracujá	Frango cozido Arroz, Feijão, Abobora e Quiabo
QUARTA 19/08/26	Azeite e ervas	Mix de folhas c/ tomate	-	Parmegiana de Carne	Arroz branco	Feijão carioca	Legumes	Pudim de leite condensado Delícia de Morango Mousse de Limão	Coxa e sobrecoxa assada Arroz, Feijão e legumes
QUINTA 20/08/26	Azeite e ervas	Mix de folhas c/ tomate	-	Isca de carne acebolada	Baião de dois	Farofa de ovos	Legumes	Pudim de leite condensado Delícia de Morango Mousse de Limão	Frango xadrez Arroz colorido Legumes
SEXTA 21/08/26	-	-	-	Feijoada (lombo, carne, calabresa, paio, bacon)	Arroz branco	Couve Farofa Laranja	-	Pudim de leite Mousse de chocolate	Filé de Peixe empanado Arroz, Pirão e Legumes
SÁBADO 22/08/26	Cardápio servido na Marmita			Feijoada (lombo, carne, calabresa, paio, bacon)	Arroz branco	Couve Refogada Farofa Laranja		Pudim de leite condensado Delícia de Morango	
DOMINGO 23/08/26	Cardápio servido na Marmita			Galinhada	Milho, Cenoura, Tomate e Cebola			Pudim de leite condensado Delícia de Morango	
SEGUNDA 24/08/26	Azeite e ervas	Mix de folhas c/ tomate	-	Filé de Peixe empanado	Arroz branco	Pirão	-	Manjar de coco Suspiro de banana	Carne cozida com legumes Arroz branco, feijão e Pirão
TERÇA 25/08/26	Azeite e ervas	Mix de folhas c/ tomate	-	Strogonoff de Filé mignon	Arroz branco	Batata Palha	-	Banoffe Tortinha de limão	frango ao molho de tomate Arroz, Feijão e legumes
QUARTA 26/08/26	Azeite e ervas	Mix de folhas c/ tomate	-	Bife acebolado	Arroz branco	Feijão Preto	Batata Frita	Delícia de Morango Gelatina colorida	Isca de filé de frango ao molho de

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

									tomate Arroz, Feijão e legumes
QUINTA 27/08/26	Azeite e ervas	Mix de folhas c/ tomate	-	Frango ao creme de milho	Arroz branco	Feijão Carioca	Legumes	Bolo de coco gelado Brigadeiro	Carne de sol com mandioca Baião de 2
SEXTA 28/08/26	-	-	-	Feijoada (lombo, carne, calabresa, paio, bacon)	Arroz branco	Couve Refogada Farofa Laranja	-	Torta de limão Gelatina colorida	Filé de Peixe ao molho Arroz, Pirão e Legumes
SÁBADO 29/08/2026	Cardápio servido na Marmita			Feijoada (lombo, carne, calabresa, paio, bacon)	Arroz branco	Couve Refogada Farofa Laranja		Torta de limão Mousse de chocolate	
DOMINGO 30/08/2026	Cardápio servido na Marmita			Arroz cremoso com fraldinha	Queijo coalho	-		Pudim de leite condensado Delícia de Morango	
SEGUNDA 31/08/2026	Azeite e ervas	Mix de folhas c/ tomate	-	Carne de sol acebolada	Baião de 2	Mandioca cozida	Salada de feijão fradinho	Chesse cake de frutas vermelhas Pudim de leite condensado	Costelinha ao molho barbecue Arroz, Feijão e Batata
OBS	(*) Prato disponível apenas no SESC TAVINHO NEVES – TAGUATINGA SUL - Cardápio sujeito à alteração devido à sazonalidade dos produtos e a disponibilidade de entrega dos fornecedores								

FERNANDA DIONÍSIO DOURADO COSTA - 04823
GERENTE DE ÁREA

LIZANDRA VERAS- CRN 2770
NUTRICIONISTA