

CARDÁPIO

Sesc Restaurante		PROGRAMAÇÃO DE CARDÁPIOS									Mês: MAIO/2024	
DATA	EXTRAS	MOLHOS	SALADA CRUA	SALADA COZIDA	PRATO PRINCIPAL	ACOMPANHAMENTO	GUARNIÇÃO	SOBREMESA	PÃES/PASTAS PATÊ	OPÇÃO VEGETARIANA	MARMITA DO DIA	MARMITA KIDS
SEGUNDA (27/05)	Uvas passas Palmito Milho Ervilhas	Molho de mostarda e mel Molho de ervas finas Molho rosê	Salada tropical Tomate em rodela Guacamole Tabule	Brócolis salteado Beterraba cozida Batata bolinha com cheiro verde Salada de feijão branco ao vinagrete	Filé de frango grelhado Carne de panela Lombo suíno assado ao molho próprio Filé de peixe ao molho de maracujá	Arroz branco Arroz integral Arroz cozido Feijão carioca	Coxinha de frango Batata sauté Ovos mexidos Nhoque ao molho rosê	Bolo prestígio Cheese cake Mousse de limão Pudim de leite Frutas da estação fatiadas Mosaico	Pão de ló Patê de frango	Bolonhesa de lentilha	Carne de panela Arroz branco ou Arroz integral Feijão carioca Batata bolinha c/ cheiro-verde Ovos mexidos	Carne de panela Arroz branco ou Arroz integral Feijão carioca Batata bolinha c/ cheiro-verde
TERÇA (28/05)	Uvas passas Palmito Milho Ervilhas	Molho de mostarda e mel Molho de ervas finas Molho rosê	Salada tropical Rabanete com laranja Mix de repolho Chicória c/ maçã Tomate em rodela	Grão de bico ao vinagrete Cenoura palito cozida c/ cebolinha Antepasto de berinjela Salada de mix de repolho refogado	Filé de frango grelhado Cupim ao molho madeira Linguiça de frango acebolada Costela suína ao barbecue	Arroz branco Arroz integral Arroz à grega Feijão carioca	Kibe frito Macarrão ao alho e óleo Farofa de ovo Escondidinho de carne	Delícia de abacaxi Mousse de chocolate Mosaico Pudim de leite Frutas da estação fatiadas	Pão Petrópolis Patê de azeitonas pretas	Abobrinha recheada com proteína de soja e molho de tomate	Filé de frango grelhado Arroz branco ou Arroz integral Feijão carioca Cenoura cozida Macarrão ao alho e óleo	Filé de frango grelhado Arroz branco ou Arroz integral Feijão carioca Cenoura cozida
QUARTA (29/05)	Uvas passas Palmito Milho Ervilhas	Molho de mostarda e mel Molho de ervas finas Molho rosê	Salada tropical Rúcula c/ agrião e passas Tomate em pétalas Beterraba ralada	Repolhonese Quiabo laminado c/ alho e orégano Brócolis salteado Beterraba c/ cheiro verde	Filé de peixe grelhado Coxa e sobrecoxa ao molho de laranja e mel Lagarto ao molho madeira Isca de frango empanado	Arroz branco Arroz integral Arroz frito c/ovos Feijão carioca	Batata frita Pizza Hamburguer Macarrão com queijo Costelinha ao molho barbecue	Mousse de maracujá Pudim de leite Frutas da estação fatiadas Brownie Mosaico de gelatina	Massa folhada com frango Patê de ricota com ervas	Estrogonofe de grão-de-bico com leite de coco	Lagarto ao molho próprio Arroz branco ou Arroz integral Feijão carioca Brócolis salteados Quiabo laminado c/ alho e orégano	Lagarto ao molho próprio Arroz branco ou Arroz integral Feijão carioca Brócolis salteados
QUINTA (30/05) Clube aberto	Uvas passas Palmito Milho Ervilhas	Molho de mostarda e mel Molho de ervas finas Molho rosê	Salada tropical Salada de couve manteiga c/ laranja Acelga c/ passas Pepino japonês fatiado c/ gergelim	Feijão fradinho ao vinagrete Abobrinha c/ cebola roxa Maionese de legumes Jiló refogado	Filé de frango grelhado Linguiça toscana Strogonoff de frango Bife grelhado acebolado	Arroz branco Arroz integral Arroz c/ brócolis Feijão carioca	Minipastéis fritos Farofa de banana Seleta de legumes Ravioli de frango Batata palha	Banoffe Bolo de morango Pudim de leite Frutas da estação fatiadas Romeu e Julieta Mosaico de gelatina	Pão de quatro queijos Patê de presunto	Escondidinho Vegetariano de proteína de soja	Strogonoff de frango Arroz branco ou Arroz integral Seleta de legumes Batata palha	Strogonoff de frango Arroz branco ou Arroz integral Seleta de legumes
SEXTA (31/05)	CLUBE FECHADO											
Para maiores informações sobre as preparações que contêm Glúten e Lactose, consulte a descrição das preparações expostas no buffet ou envie um e-mail para nutricao@sescdf.com.br *Cardápio sujeito a alterações												