

CARDÁPIO

Sesc RESTAURANTE		PROGRAMAÇÃO DE CARDÁPIOS										Mês: NOVEMBRO /2024	
DATA	EXTRAS	MOLHOS	SALADA CRUA	SALADA COZIDA	PRATO PRINCIPAL	ACOMPANHAMENTO	GUARNIÇÃO	SOBREMESA	PÃES PASTAS PATÊS	OPÇÃO VEGETARIANA	MARMITA DO DIA	MARMITA KIDS	
SEXTA (01/11)	Uvas passas Tomate seco Milho Ervilhas	Mostarda e mel Ervas finas Rosê	Salada tropical Tomate em rodelas Guacamole (abacate, cebola, tomate) Vinagrete Tabule	Beterraba cozida Salada de feijão branco ao vinagrete Seleta de legumes	Feijoada Carne de panela Frango assado Salmão ao molho maracujá	Arroz branco Arroz integral Arroz com milho Feijão carioca	Coxinha de frango Batata sauté Farofa Ovos mexidos Nhoque ao molho rosé	Bolo de Prestígio Delícia de banana Mousse de limão Pudim de leite Frutas da estação fatiadas Mosaico	Pão de ló Patê de frango	Bolonhesa de lentilha (lentilha; tomate, azeite, alho, sal)	Carne de panela, (cozido) Arroz branco ou Arroz integral Feijão Carioca Cenoura Sauté Farofa	Carne de panela, (cozido) Arroz branco ou Arroz integral Feijão Carioca Cenoura Sauté	
(02/11)	Feriado												
DOMINGO (03/11)	Uvas passas Tomate seco Milho Ervilhas	Mostarda e mel Ervas finas Rosê	Salada tropical Tomate picado Rúcula c/ agrião e passas Cenoura c/ vinagre balsâmico e castanha de caju	Repolhonese Quiabo laminado c/ alho e orégano Brócolis salteados	Picadinho de carne com legumes Coxa e sobrecoxa ao molho de laranja e mel Filé de peixe grelhado Dobradinha	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca Arroz frito c/ovos	Mandioca saute Farofa de espinafre Vagem c/ cenoura Lasanha a bolonhesa	Mousse de maracujá Brownie Pudim de leite Frutas da estação fatiadas Mosaico	Massa folhada com frango Patê de ricota com ervas	Estrogonofe de grão-de-bico com leite de coco	Isca de frango empanada Arroz branco ou Arroz integral Feijão carioca Brócolis salteados Quiabo laminado c/ alho e orégano	Isca de frango Empanado Arroz branco ou Arroz integral Feijão carioca Brócolis salteados	

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