

# CARDÁPIO



## PROGRAMAÇÃO DE CARDÁPIO

SESC Guará: Nutricionista Danielle Teixeira - CRN/1 5489 – Telefone: 3217-9726

Mês: FEVEREIRO/2024

Período: 01 a 04/02/24

RESTAURANTE							
DATA	PRATO EXECUTIVO	PRATO PRINCIPAL	ACOMPANHAMENTOS		GUARNIÇÕES		MARMITA FITNESS
01/02 Quinta-feira	1	Contrafilé acebolado	Arroz Branco	Feijão Carioca	Purê de batata	Abóbora assada	Contrafilé acebolado Abóbora assada Purê de batata
	2	Peixe em posta assado	Arroz Integral				
02/02 Sexta-feira	1	Feijoada	Arroz Branco	2 - Feijão Preto	1 – Couve/Torresmo 2 – Mandioca cozida	Farofa de cebola	Isca de frango acebolada Antepasto de abobrinha Mandioca cozida
	2	Isca de frango empanada	Arroz Integral				
03/02 Sábado	1	Carne cozida com legumes	Arroz Branco	Feijão Fradinho	Creme de milho	Cenoura com batata inglesa	*
	2	Coxa e sobrecoxa ao molho caipira					
04/02 Domingo	1	Almôndega de carne	Arroz Branco	Feijão Carioca	Macarrão ao alho e óleo	Seleta de legumes	*
	2	Isca de frango acebolada					

Temos disponíveis também: **SALADA NO POTE, SOBREMESA NO POTE E ADICIONAL DE OVO FRITO NA MARMITA.**

Cardápio sujeito a alterações sem aviso prévio.

"Para maiores informações sobre as preparações que contêm Glúten e Lactose, consulte a descrição das preparações nas etiquetas da marmita ou envie um e-mail para [nutricao@sescdf.com.br](mailto:nutricao@sescdf.com.br)"