|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Sesc Piauí - Home | Facebook ***Restaurante*** | PROGRAMAÇÃO DE CARDÁPIOS: Cardápio A**Mês: Julho** **/2024** |  |  |  |  |
| SEGUNDA(01/07) | EXTRAS | MOLHOS | SALADA CRUA | SALADA COZIDA | PRATO PRINCIPAL | ACOMPANHAMENTO | GUARNIÇÃO | SOBREMESA | MARMITA DO DIA  | PÃES | PASTAS/PATÊS | OPÇÃO VEGETARIANA | MARMITA KIDS |
| Uvas passasPalmitoMilhoErvilhas | Molho de mostarda e melMolho de ervas finasMolho rosê | Salada tropicalTomate seco com hortelã Salada de espinafre c/ milho | SalpicãoSalada de abobrinha com ervasSalada de feijão branco ao vinagrete | Filé de frango grelhadoFricassé de frangoLagarto ao molho próprio Isca de pernil à portuguesa | Arroz brancoArroz integralArroz coloridoFeijão carioca | Coxinha de frangoBatata sautéChuchu c/ milhoOvos mexidos | Bolo de PrestígioDelícia de bananaMousse de limãoPudim de leiteFrutas da estação fatiadas | Fricassê de frangoArroz branco/Arroz integralChuchu c/ milho | Pão de ló | Patê de frango  | Bolonhesa de lentilha(lentilha; tomate, azeite, alho, sal.) | Fricassê de frangoArroz brancoArroz integralChuchu c/ milho |
| TERÇA(02/07) | Uvas passasPalmitoMilhoErvilhas | Molho de mostarda e melMolho de ervas finasMolho rosê | Salada tropicalTomate em rodelas Mix de repolho | Salada de chuchu,Salada de ovos cozidos com batataAntepasto de berinjela | Filé de peixe empanado ao panko (molho tártaro)Bisteca suína ao alho torradoCupim ao molho madeiraBife de contrafilé acebolado | Arroz brancoArroz integralArroz c/ cenoura e milhoFeijão carioca | Kibe fritoBanana à milanesaAbóbora sautéTorta de legumes | Delícia de AbacaxiMousse de ChocolateMosaico de gelatinaPudim de leiteFrutas da estação fatiadas | Filé de peixe empanadoArroz brancoArroz integralFeijão Carioca Abóbora sautéMacarrão ao alho e óleo | Pão Petrópolis | Patê de azeitonas preta  | Abobrinha recheada comProteína de soja texturizada e molho de tomate | Bisteca suína ao alho torradoArroz brancoArroz integralFeijão Carioca Abóbora sauté  |
| QUARTA (Datas festivas, pratos gastronômicos)(03/07) | Uvas passasPalmitoMilhoErvilhas | Molho PestoMolho AlfredoMolho Pomodoro | Salada tropicalSalada caprese Salada de espinafre | Batata doce cozidaCenoura cozida Mix de repolho refogado | Filé de frango grelhado Cubos de frango à margueritaMedalhão de carneMoqueca de peixe com azeite de dendê | Arroz brancoArroz integralArroz c/ brócolisFeijão carioca  | Batata fritaPizzaHambúrguerMacarrão c/ queijoCostelinha ao molho barbecue | Bolo de chocolateNéctar dos deusesMousse de maracujáPudim de leiteFrutas da estação fatiadas | Cubos de frango à margueritaArroz brancoArroz integralFeijão cariocaBatata doce cozidaCenoura cozida | massa folhada com frango | Patê de atum | Estrogonofe de grão-de-bico com leite de coco | Cubos de frango à margueritaArroz brancoArroz integralFeijão cariocaCenoura cozida |
| QUINTA(04/07) | Uvas passasPalmitoMilhoErvilhas | Molho de mostarda e melMolho de ervas finasMolho rosê | Salada tropicalVinagrete de abóbora Pepino e rabanete em rodelas | Maionese de batata com cebolinha Salada de chuchuBrócolis salteados | Filé de peixe grelhadoLinguiça frango Lombo xadrezStrogonoff de frango | Arroz brancoArroz integralArroz com abóboraFeijão carioca | Minipastéis fritosOmelete especial Legumes grelhadosBatata frita | Pavê de pêssegoBanoffeBolo de morangoPudim de leiteFrutas da estação fatiadas | Linguiça de frango Arroz brancoArroz integralFeijão Carioca Brócolis salteadosLegumes grelhados  | Pão de quatro queijos | Patê de mortadela   | Escondidinho Vegetariano de proteína de soja | Linguiça de frango Arroz brancoArroz integralFeijão Carioca Brócolis salteados |
| SEXTA(05/07) | Uvas passasPalmitoMilhoErvilhas | Molho de mostarda e melMolho de ervas finasMolho rosê | Salada tropicalMix de folhas com amendoim torrado Pepino com rodelas de laranja  | Torta de atum c/ pão de formaBerinjela GratinadaSalada de macarrão parafuso  | Filé de frango grelhadoFeijoadaCarne de panelaFilé de peixe assado c/ legumes | Arroz brancoArroz integralArroz coloridoFeijão carioca | Purê de bananaCouve refogada/TorresmoEspaguete ao sugo | Tartelete de morangoMousse de limãoBolo de LaranjaPudim de leiteFrutas da estação fatiadas | Carne de panelaArroz brancoArroz integralFeijão Carioca Espaguete ao sugoAbobrinha c/ milho | Pão de Ciabatta | Patê de frango  | Bolinho de proteína de soja(proteína de soja, cenoura ralada, cebola picada, farinha de aveia ou de trigo, ovo, shoyu, temperos a gosto) | Carne de panelaArroz brancoArroz integralFeijão Carioca Abobrinha c/ milho  |
| SABADO(06/07) | Uvas passasPalmitoMilhoErvilhas | Molho de mostarda e melMolho de ervas finasMolho rosê | Salada tropicalAcelga, rúcula e manga Vinagrete | Beterraba cozidaSalpicãoBatata gratinada | Filé de frango grelhadoCarne desfiada a parmegiana (lagarto)Peixe em posta assadoCostelinha suína | Arroz brancoArroz integralArroz c/ lentilhaFeijão carioca | Mandioca FritaFarofa de banana Ovos fritos c/ tomate | Manjar de cocoRomeo e JulietaMosaico de gelatinaPudim de leiteFrutas da estação fatiadas | Filé de frango grelhadoArroz brancoArroz integralFeijão Carioca Farofa de banana Chuchu ao vapor | Pão de ló | Patê de peito de peru  | Almondegas de proteína de soja ao sugo | Filé de frango grelhadoArroz brancoArroz integralFeijão Carioca Farofa de banana  |
| DOMINGO(07/07) | Uvas passasPalmitoMilhoErvilhas | Molho de mostarda e melMolho de ervas finasMolho rosê | Salada tropicalMix de folhas com croutonsSalada Chilena (tomate, cebola, molho agridoce) | Salada de feijão brancoRatatouilleAbobrinha grelhada | Filé de frango grelhadoMedalhão suíno com molho orientalFrango a passarinhoEstrogonofe de carne | Arroz brancoArroz integralArroz de fornoFeijão carioca | Bolinho de arroz fritoSeleta de legumesMacarrão ao sugo | Bolo de ChurrosMousse de maracujáBanoffeePudim de leiteFrutas da estação fatiadas | Medalhão suínoArroz brancoArroz integralFeijão Carioca Seleta de legumesMacarrão ao sugo | Pão Petrópolis | Patê de queijos  | Hambúrguer de grão-de-bico | Medalhão suínoArroz brancoArroz integralFeijão Carioca Seleta de legumes |
| 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\*Não comercializamos refeições em marmitas nos finais de semana e feriados.\*Cardápio sujeito a alterações |