|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Sesc Piauí - Home | Facebook  ***Restaurante*** | | | | | | PROGRAMAÇÃO DE CARDÁPIOS: Cardápio A  **Mês:** Julho**/2024** | | | | |  |  |  |  |
| SEGUNDA  (15/07) | EXTRAS | MOLHOS | SALADA CRUA | SALADA COZIDA | PRATO PRINCIPAL | | ACOMPANHAMENTO | GUARNIÇÃO | SOBREMESA | MARMITA DO DIA | PÃES | PASTAS/PATÊS | OPÇÃO VEGETARIANA | MARMITA KIDS |
| Uvas passas  Palmito  Milho  Ervilhas | Molho de mostarda e mel  Molho de ervas finas  Molho rosê | Salada tropical  Tomate seco com hortelã Salada de espinafre c/ milho | Salpicão  Salada de abobrinha com ervas  Salada de feijão branco ao vinagrete | Filé de frango grelhado  Fricassé de frango  Lagarto ao molho próprio  Isca de pernil à portuguesa | | Arroz branco  Arroz integral  Arroz colorido  Feijão carioca | Coxinha de frango  Batata sauté  Chuchu c/ milho  Ovos mexidos | Bolo de Prestígio  Delícia de banana  Mousse de limão  Pudim de leite  Frutas da estação fatiadas | Fricassê de frango  Arroz branco/  Arroz integral  Chuchu c/ milho | Pão de ló | Patê de frango | Bolonhesa de lentilha  (lentilha; tomate, azeite, alho, sal.) | Fricassê de frango  Arroz branco  Arroz integral  Chuchu c/ milho |
| TERÇA  (16/07) | Uvas passas  Palmito  Milho  Ervilhas | Molho de mostarda e mel  Molho de ervas finas  Molho rosê | Salada tropical  Tomate em rodelas  Mix de repolho | Salada de chuchu,  Salada de ovos cozidos com batata  Antepasto de berinjela | Filé de peixe empanado ao panko (molho tártaro)  Bisteca suína ao alho torrado  Cupim ao molho madeira  Bife de contrafilé acebolado | | Arroz branco  Arroz integral  Arroz c/ cenoura e milho  Feijão carioca | Kibe frito  Banana à milanesa  Abóbora sauté  Torta de legumes | Delícia de Abacaxi  Mousse de Chocolate  Mosaico de gelatina  Pudim de leite  Frutas da estação fatiadas | Filé de peixe empanado  Arroz branco  Arroz integral  Feijão Carioca  Abóbora sauté  Macarrão ao alho e óleo | Pão Petrópolis | Patê de azeitonas preta | Abobrinha recheada com  Proteína de soja texturizada e molho de tomate | Bisteca suína ao alho torrado  Arroz branco  Arroz integral  Feijão Carioca  Abóbora sauté |
| QUARTA (Datas festivas, pratos gastronômicos)  (17/07) | Uvas passas  Palmito  Milho  Ervilhas | Molho Pesto  Molho Alfredo  Molho Pomodoro | Salada tropical  Salada caprese Salada de espinafre | Batata doce cozida  Cenoura cozida  Mix de repolho refogado | Filé de frango grelhado  Cubos de frango à marguerita  Medalhão de carne  Moqueca de peixe com azeite de dendê | | Arroz branco  Arroz integral  Arroz c/ brócolis  Feijão carioca | Batata frita  Pizza  Hambúrguer  Macarrão c/ queijo  Costelinha ao molho barbecue | Bolo de chocolate  Néctar dos deuses  Mousse de maracujá  Pudim de leite  Frutas da estação fatiadas | Cubos de frango à marguerita  Arroz branco  Arroz integral  Feijão carioca  Batata doce cozida  Cenoura cozida | massa folhada com frango | Patê de atum | Estrogonofe de grão-de-bico com leite de coco | Cubos de frango à marguerita  Arroz branco  Arroz integral  Feijão carioca  Cenoura cozida |
| QUINTA  (18/07) | Uvas passas  Palmito  Milho  Ervilhas | Molho de mostarda e mel  Molho de ervas finas  Molho rosê | Salada tropical  Vinagrete de abóbora  Pepino e rabanete em rodelas | Maionese de batata com cebolinha  Salada de chuchu  Brócolis salteados | Filé de peixe grelhado  Linguiça frango  Lombo xadrez  Strogonoff de frango | | Arroz branco  Arroz integral  Arroz com abóbora  Feijão carioca | Minipastéis fritos  Omelete especial  Legumes grelhados  Batata frita | Pavê de pêssego  Banoffe  Bolo de morango  Pudim de leite  Frutas da estação fatiadas | Linguiça de frango  Arroz branco  Arroz integral  Feijão Carioca  Brócolis salteados  Legumes grelhados | Pão de quatro queijos | Patê de mortadela | Escondidinho Vegetariano de proteína de soja | Linguiça de frango  Arroz branco  Arroz integral  Feijão Carioca  Brócolis salteados |
| SEXTA  (19/07) | Uvas passas  Palmito  Milho  Ervilhas | Molho de mostarda e mel  Molho de ervas finas  Molho rosê | Salada tropical  Mix de folhas com amendoim torrado  Pepino com rodelas de laranja | Torta de atum c/ pão de forma  Berinjela Gratinada  Salada de macarrão parafuso | Filé de frango grelhado  Feijoada  Carne de panela  Filé de peixe assado c/ legumes | | Arroz branco  Arroz integral  Arroz colorido  Feijão carioca | Purê de banana  Couve refogada/Torresmo  Espaguete ao sugo | Tartelete de morango  Mousse de limão  Bolo de Laranja  Pudim de leite  Frutas da estação fatiadas | Carne de panela  Arroz branco  Arroz integral  Feijão Carioca  Espaguete ao sugo  Abobrinha 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 panela  Arroz branco  Arroz integral  Feijão Carioca  Abobrinha c/ milho |
| SABADO  (20/07) | Uvas passas  Palmito  Milho  Ervilhas | Molho de mostarda e mel  Molho de ervas finas  Molho rosê | Salada tropical  Acelga, rúcula e manga  Vinagrete | Beterraba cozida  Salpicão  Batata gratinada | Filé de frango grelhado  Carne desfiada a parmegiana (lagarto)  Peixe em posta assado  Costelinha suína | | Arroz branco  Arroz integral  Arroz c/ lentilha  Feijão carioca | Mandioca Frita  Farofa de banana  Ovos fritos c/ tomate | Manjar de coco  Romeo e Julieta  Mosaico de gelatina  Pudim de leite  Frutas da estação fatiadas | Filé de frango grelhado  Arroz branco  Arroz integral  Feijão 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 grelhado  Arroz branco  Arroz integral  Feijão Carioca  Farofa de banana |
| DOMINGO  (21/07) | Uvas passas  Palmito  Milho  Ervilhas | Molho de mostarda e mel  Molho de ervas finas  Molho rosê | Salada tropical  Mix de folhas com croutons  Salada Chilena (tomate, cebola, molho agridoce) | Salada de feijão branco  Ratatouille  Abobrinha grelhada | Filé de frango grelhado  Medalhão suíno com molho oriental  Frango a passarinho  Estrogonofe de carne | | Arroz branco  Arroz integral  Arroz de forno  Feijão carioca | Bolinho de arroz frito  Seleta de legumes  Macarrão ao sugo | Bolo de Churros  Mousse de maracujá  Banoffee  Pudim de leite  Frutas da estação fatiadas | Medalhão suíno  Arroz branco  Arroz integral  Feijão Carioca  Seleta de legumes  Macarrão ao sugo | Pão Petrópolis | Patê de queijos | Hambúrguer de grão-de-bico | Medalhão suíno  Arroz branco  Arroz integral  Feijão 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 | | | | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Sesc Piauí - Home | Facebook  ***Restaurante*** | | | | | | PROGRAMAÇÃO DE CARDÁPIOS: Cardápio B  **Mês:** **/2024** | | | | |  |  |  |  |
| SEGUNDA | EXTRAS | MOLHOS | SALADA CRUA | SALADA COZIDA | PRATO PRINCIPAL | | ACOMPANHAMENTO | GUARNIÇÃO | SOBREMESA | MARMITA DO DIA | PÃES | PASTAS/PATÊS | OPÇÃO VEGETARIANA | MARMITA KIDS |
| Uvas passas  Palmito  Milho  Ervilhas | Molho de mostarda e mel  Molho de ervas finas  Molho rosê | Salada tropical  Salada primavera  Mix de alfaces | Salpicão  Salada de chuchu, brócolis e tomate cereja  Abóbora c/ salsinha | Peito de frango grelhado  Coxa e sobrecoxa crocante  Cupim ao molho madeira  Almôndega ao sugo | | Arroz branco  Arroz integral  Feijão carioca | Coxinha de frango  Creme de milho  Farofa de cebola  Ovos cozidos | Bolo de Prestígio  Cheese Cake  Mousse de limão  Pudim de leite  Frutas da estação fatiadas | Coxa e sobrecoxa crocante  Arroz branco  Arroz integral  Feijão Carioca  Salada de chuchu  Farofa de cebola | Pão de ló | Patê de frango | Bolonhesa de lentilha  (lentilha; tomate, azeite, alho, sal.) | Coxa e sobrecoxa crocante  Arroz branco  Arroz integral  Feijão Carioca  Salada de chuchu |
| TERÇA | Uvas passas  Palmito  Milho  Ervilhas | Molho de mostarda e mel  Molho de ervas finas  Molho rosê | Salada tropical  Tomate em pétalas com cebola roxa em rodelas finas  Acelga c/laranja | Batata doce cozida  Salada de feijão fradinho  Inhame c/ cheiro verde | Peito de frango grelhado  Contra file a milanesa acebolado  Isca de fígado acebolado  Coxão mole ao molho madeira | | Arroz branco  Arroz integral  Feijão carioca | Kibe Frito  Vagem com ovos mexidos  Purê de batata doce  Batata palha | Delícia de Abacaxi  Mousse de Chocolate  Mosaico  Pudim de leite  Frutas da estação fatiadas | Isca de fígado acebolado  Arroz branco  Arroz integral  Feijão Carioca  Salada de feijão fradinho  Purê de batata doce | Pão Petrópolis | Patê de azeitonas preta | Abobrinha recheada com  Proteína de soja texturizada e molho de tomate | Isca de fígado acebolado  Arroz branco  Arroz integral  Feijão Carioca  Salada de feijão fradinho |
| QUARTA (Datas festivas, pratos gastronômicos) \* | Uvas passas  Palmito  Milho  Ervilhas | Molho Pesto  Molho Alfredo  Molho Pomodoro | Salada tropical  Pepino com passas  Alface americana | Abobrinha grelhada  Chips de banana da terra  Brócolis e tomate cereja | Peito de frango grelhado  Cupim assado ao molho de ervas  Lombo suíno grelhado  Coxa e sobrecoxa ao molho | | Arroz branco  Arroz integral  Feijão carioca  Espaguete  Talharim  Penne  Ravioli | Batata frita  Espaguete  Talharim  Penne  Ravioli | Verrine  Panna Cotta de manga  Mousse de maracujá  Pudim de leite  Frutas da estação fatiadas | Cupim assado ao molho de ervas  Arroz branco  Arroz integral  Feijão carioca  Abobrinha grelhada  Chips de banana da terra | massa folhada com frango | Patê de ricota com ervas | Estrogonofe de grão-de-bico com leite de coco | Cupim assado ao molho de ervas  Arroz branco  Arroz integral  Feijão carioca  Abobrinha grelhada |
| QUINTA | Uvas passas  Palmito  Milho  Ervilhas | Molho de mostarda e mel  Molho de ervas finas  Molho rosê | Salada tropical  Tomate em pétalas  Vinagrete | Maionese de macarrão  Batata Baroa c/ cheiro verde  Quiabo com tomate cereja | Peito de frango grelhado  Estrogonofe de carne  Pernil acebolado  Peixe em posta assado | | Arroz branco  Arroz integral  Feijão carioca | Kibe frito  Batata palha  Seleta de legumes  Macarrão ao alho e óleo | Arroz doce  Banoffe  Bolo de morango  Pudim de leite  Frutas da estação fatiadas | Pernil acebolado  Arroz branco  Arroz integral  Feijão Carioca  Quiabo refogado  Batata Baroa c/ cheiro verde  Macarrão ao alho e óleo | Pão de quatro queijos | Patê de mortadela | Escondidinho Vegetariano de proteína de soja | Pernil acebolado  Arroz branco  Arroz integral  Feijão Carioca  Batata Baroa c/ cheiro verde |
| SEXTA | Uvas passas  Palmito  Milho  Ervilhas | Molho de mostarda e mel  Molho de ervas finas  Molho rosê | Salada tropical  Chicória c/morango  Pepino em rodelas | Beterraba cozida  Antepasto de berinjela  Salada grão de bico ao vinagrete | Peito de frango grelhado  Feijoada  Lasanha de frango  Costelinha suína ao barbecue | | Arroz branco  Arroz integral  Feijão carioca | Polenta frita  Farofa de bacon  Legumes cozidos no vapor com ervas  Ovos pochê  Couve refogada/Torresmo | Tartelete de morango  Mousse de limão  Bolo de Laranja  Pudim de leite  Frutas da estação fatiadas | Costelinha suína ao barbecue  Arroz branco  Arroz integral  Feijão Carioca  Beterraba cozida  Farofa de bacon | 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) | Costelinha suína ao barbecue  Arroz branco  Arroz integral  Feijão Carioca  Beterraba cozida |
| SABADO | Uvas passas  Palmito  Milho  Ervilhas | Molho de mostarda e mel  Molho de ervas finas  Molho rosê | Salada tropical  Mix de folhas com kiwi em rodelas e tomate cereja cortado ao meio  Tomate em pétalas com molho de manjericão | Maionese de batata com ovos cozidos picados e cebolinha  Salada de chuchu  Jiló refogado | Peito de frango grelhado  Lagarto ao molho madeira  Bife a cavalo  Cupim ao molho próprio | | Arroz branco  Arroz integral  Feijão carioca | Mandioca frita  Ovos mexidos com espinafre  Cenouras salteadas com mel e gengibre  Farofa agridoce | Eclair de chocolate  Verrine de pessego  Mosaico  Pudim de leite  Frutas da estação fatiadas |  | Pão de ló | Patê de peito de peru | Almondegas de proteína de soja ao sugo |  |
| DOMINGO | Uvas passas  Palmito  Milho  Ervilhas | Molho de mostarda e mel  Molho de ervas finas  Molho rosê | Salada tropical  Rúcula, tomate e queijo muçarela Pepino c/ manga | Salada de brócolis com couve-flor  Feijão fradinho  Beterraba cozida | Peito de frango grelhado  Moqueca de peixe  Lagarto desfiado  Isca de frango ao molho de limão e ervas frescas | | Arroz branco  Arroz integral  Feijão carioca | Bolinho de arroz frito  Chuchu c/ vagem  Pirão  Ovos fritos | Bolo de Churros  Profiterole caramelizado  Tiramisú  Frutas da estação fatiadas |  | Pão Petrópolis | Patê de queijos | Hambúrguer de grão-de-bico |  |
| 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 | | | | | | | | | | | | | | |