|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Sesc Piauí - Home | Facebook ***Restaurante*** | PROGRAMAÇÃO DE CARDÁPIOS: Cardápio B**Mês:** Julho**/2024** |  |  |  |  |
| SEGUNDA(08/07) | 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 tropicalSalada primaveraMix de alfaces | SalpicãoSalada de chuchu, brócolis e tomate cerejaAbóbora c/ salsinha | Filé de frango grelhadoCoxa e sobrecoxa crocanteCupim ao molho madeiraAlmôndega ao sugo | Arroz brancoArroz integralArroz coloridoFeijão carioca | Coxinha de frangoCreme de milhoFarofa de cebolaOvos cozidosEspaguete | Bolo de PrestígioCupcake de morangoMousse de limãoPudim de leiteFrutas da estação fatiadas | Coxa e sobrecoxa crocanteArroz brancoArroz integralFeijão CariocaChuchu ao vaporFarofa de cebola |  Pão de ló | Patê de frango  | Bolonhesa de lentilha(lentilha; tomate, azeite, alho, sal.) | Coxa e sobrecoxa crocanteArroz brancoArroz integralFeijão CariocaChuchu ao vapor |
| TERÇA(09/07) | Uvas passasPalmitoMilhoErvilhas | Molho de mostarda e melMolho de ervas finasMolho rosê | Salada tropicalTomate em pétalas com cebola roxa em rodelas finasAcelga c/laranja | Batata doce cozidaSalada de feijão fradinhoInhame c/ cheiro verde  | Filé de frango grelhadoContra file à ParmegianaPicadinho de carneFrango Teriyak (Coxa e sobrecoxa desossada) | Arroz brancoArroz integralFeijão carioca | Kibe FritoVagem com ovos mexidosPurê de batata doceBatata palha  | Delícia de AbacaxiMousse de ChocolateMosaicoPudim de leiteFrutas da estação fatiadas | Picadinho de carneArroz brancoArroz integralFeijão Carioca Purê de batata doceVagem  |  Pão Petrópolis | Patê de azeitonas preta  | Abobrinha recheada comProteína de soja texturizada e molho de tomate | Picadinho de carneArroz brancoArroz integralFeijão Carioca vagem |
| QUARTA (Datas festivas, pratos gastronômicos) \*(10/07) | Uvas passasPalmitoMilhoErvilhas | Molho PestoMolho AlfredoMolho Pomodoro | Salada tropicalPepino com passasAlface americana  | Abobrinha grelhadaChips de banana da terra Brócolis e tomate cereja | Filé de frango grelhadoCupim assado ao molho de ervasLombo suíno grelhadoPeixe em posta assado c/ legumes | Arroz brancoArroz integralFeijão cariocaEspagueteTalharimPenneRavioli  | Batata fritaEspagueteTalharimPenneRavioli Lasanha à bolonhesa  | MorangoffeeTartelette de limãoMousse de maracujá c/ chocolatePudim de leiteFrutas da estação fatiadas | Cupim assado ao molho de ervasArroz brancoArroz integralFeijão cariocaAbobrinha grelhadaChips 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 ervasArroz brancoArroz integralFeijão cariocaAbobrinha grelhada |
| QUINTA(11/07) | Uvas passasPalmitoMilhoErvilhas | Molho de mostarda e melMolho de ervas finasMolho rosê | Salada tropicalTomate em pétalas Vinagrete |  Maionese de macarrão Batata Baroa c/ cheiro verdeQuiabo com tomate cereja  | Filé de frango grelhadoEstrogonofe de carnePernil aceboladoPeixe em posta assado  | Arroz brancoArroz integralArroz com lentilha e linguiçaFeijão carioca | Kibe fritoBatata palhaSeleta de legumesMacarrão ao alho e óleo | Delícia de bananaBanoffeBolo de chocolatePudim de leiteFrutas da estação fatiadas | Pernil aceboladoArroz brancoArroz integralFeijão Carioca Quiabo refogadoBatata Baroa c/ cheiro verde | Pão de quatro queijos | Patê de mortadela   | Escondidinho Vegetariano de proteína de soja | Pernil aceboladoArroz brancoArroz integralFeijão Carioca Batata Baroa c/ cheiro verde |
| SEXTA(12/07) | Uvas passasPalmitoMilhoErvilhas | Molho de mostarda e melMolho de ervas finasMolho rosê | Salada tropicalChicória c/morangoPepino em rodelas  | Beterraba cozidaAntepasto de berinjelaSalada grão de bico ao vinagrete | Filé de frango grelhadoFeijoadaCostelinha suína ao barbecueIsca de peixe a dorê | Arroz brancoArroz integralFeijão carioca | Polenta fritaFarofa de bacon Legumes cozidos no vapor com ervasOvos pochêCouve refogada/Torresmo | Tartelete de morangoMousse de limãoBolo de LaranjaPudim de leiteFrutas da estação fatiadas | Costelinha suína ao barbecueArroz brancoArroz integralFeijão Carioca Beterraba cozidaFarofa 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 barbecueArroz brancoArroz integralFeijão Carioca Beterraba cozida  |
| SÁBADO(13/07) | Uvas passasPalmitoMilhoErvilhas | Molho de mostarda e melMolho de ervas finasMolho rosê | Salada tropicalMix de folhas com kiwi em rodelas e tomate cereja cortado ao meioTomate em pétalas com molho de manjericão | Maionese de batata com ovos cozidos picados e cebolinhaSalada de chuchuJiló refogado | Filé de frango grelhadoLagarto ao molho madeiraBife a cavaloCupim ao molho próprio | Arroz brancoArroz integralFeijão carioca | Mandioca fritaOvos mexidos com espinafreCenouras salteadas com mel e gengibreFarofa agridoce | Pavê de pêssegoSorvete de amendoimMosaicoPudim de leiteFrutas da estação fatiadas | Lagarto ao molho madeiraArroz brancoArroz integralFeijão CariocaMandioca fritaCenoura salteada | Pão de ló | Patê de peito de peru  | Almondegas de proteína de soja ao sugo | Lagarto ao molho madeiraArroz brancoArroz integralFeijão CariocaMandioca frita |
| DOMINGO(14/07) | Uvas passasPalmitoMilhoErvilhas | Molho de mostarda e melMolho de ervas finasMolho rosê | Salada tropicalRúcula, tomate e queijo muçarela Pepino c/ manga  | Salada de brócolis com couve-florFeijão fradinho Beterraba cozida | Filé de frango grelhadoMoqueca de peixeLagarto desfiadoIsca de frango ao molho de limão e ervas frescas | Arroz brancoArroz integralFeijão carioca | Bolinho de arroz fritoChuchu c/ vagem e milhoPirãoOvos fritos | Bolo de ChurrosNéctar dos deusesBrigadeiro Pudim de leiteFrutas da estação fatiadas | Isca de frango ao molho de limão e ervas frescasArroz brancoArroz integralFeijão CariocaChuchu c/ vagem e milhoPurê de abóbora | Pão Petrópolis | Patê de queijos  | Hambúrguer de grão-de-bico | Isca de frango ao molho de limão e ervas frescasArroz brancoArroz integralFeijão CariocaChuchu c/ vagem e milho |
| 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 |