



CARDÁPIO SESC CAFÉ DA MANHÃ BUFFET – 03 A 07 DE MARÇO DE 2025

DATA/DIA	FRUTAS FATIADAS	SEMENTES E CEREAIS INTEGRAIS	FRUTAS INTEIRAS	GARDE	PANIFICAÇÃO	CONFEITARIA	COZINHA QUENTE	LÍQUIDOS	ESTAÇÃO OMELETE
03/03 SEGUNDA-FEIRA	CARNAVAL	CARNAVAL	CARNAVAL	CARNAVAL	CARNAVAL	CARNAVAL	CARNAVAL	CARNAVAL	CARNAVAL
04/03 TERÇA-FEIRA	CARNAVAL	CARNAVAL	CARNAVAL	CARNAVAL	CARNAVAL	CARNAVAL	CARNAVAL	CARNAVAL	CARNAVAL
05/03 QUARTA-FEIRA	FECHADO	FECHADO	FECHADO	FECHADO	FECHADO	FECHADO	FECHADO	FECHADO	FECHADO
06/03 QUINTA-FEIRA	Mamão Manga Salada de frutas	Chia Gergelim Aveia em flocos Granola	Banana Maçã	Patê de presunto Muçarela Presunto Salame Peito de peru	Pão francês Pão integral Pão de queijo Pão de beterraba	Bolo de coco Bolo formigueiro geleia artesanal de frutas	Ovos mexidos Bacon Cuscuz Cuscuz temperado	Café Leite Achocolatado Chá Suco detox Suco de polpa de fruta Vitamina de fruta	Omelete Tapioca simples Tapioca recheada Crepioica Misto quente simples Misto quente completo
07/03 SEXTA-FEIRA	Mamão Melão Salada de frutas	Chia Gergelim Aveia em flocos Granola	Banana Ameixa	Patê de frango Muçarela Presunto Salame Peito de peru	Pão francês Pão integral Pão de queijo Pão de ervas	Bolo de fubá Bolo inglês mesclado geleia artesanal de frutas	Ovos mexidos Bacon Cuscuz Cuscuz temperado	Café Leite Achocolatado Chá Suco detox Suco de polpa de fruta Vitamina de fruta	Omelete Tapioca simples Tapioca recheada Crepioica Misto quente simples Misto quente completo



CARDÁPIO SESC CAFÉ DA MANHÃ BUFFET – 10 A 14 DE MARÇO DE 2025

DATA/DIA	FRUTAS FATIADAS	SEMENTES E CEREAIS INTEGRAIS	FRUTAS INTEIRAS	GARDE/ FRIOS FATIADOS	PANIFICAÇÃO	CONFEITARIA	COZINHA QUENTE	LÍQUIDOS	ESTAÇÃO OMELETE
10/03 SEGUNDA- FEIRA	Mamão Abacaxi Salada de frutas	Chia Gergelim Aveia em flocos Granola	Banana Goiaba	Patê de peito de peru Muçarela Presunto Salame Peito de peru	Pão francês Pão integral Pão de queijo Pão de milho	Bolo de baunilha Bolo de chocolate Geleia artesanal de fruta	Ovos mexidos Bacon Cuscuz Cuscuz temperado Bolinho frito	Café Leite Achocolatado Chá Suco detox Suco de polpa de frutas Vitamina de fruta	Omelete Tapioca simples Tapioca recheada Crepioca Misto quente simples Misto quente completo
11/03 TERÇA- FEIRA	Mamão Melancia Salada de frutas	Chia Gergelim Aveia em flocos Granola	Banana Pêra	Patê de azeitonas Pretas Muçarela Presunto Salame Peito de peru	Pão francês Pão integral Pão de queijo Pão italiano	Bolo de banana c/ granola Bolo formigueiro Geleia artesanal de fruta	Ovos mexidos Bacon Cuscuz Cuscuz temperado Bolinho frito	Café Leite Achocolatado Chá Suco detox Suco de polpa de fruta	Omelete Tapioca simples Tapioca recheada Crepioca Misto quente simples

								Vitamina de fruta	Misto quente completo
12/03 QUARTA-FEIRA	Mamão Melão Salada de frutas	Chia Gergelim Aveia em flocos Granola	Banana Morangos	Patê de ricota com ervas Muçarela Presunto Salame Peito de peru	Pão francês Pão integral Pão de queijo Pão de batata	Bolo de laranja Bolo de chocolate Geleia artesanal de fruta	Ovos mexidos Bacon Cuscuz Cuscuz temperado Bolinho frito	Café Leite Achocolatado Chá Suco detox Suco de polpa de fruta Vitamina de fruta	Omelete Tapioca simples Tapioca recheada Crepioça Misto quente simples Misto quente completo
13/03 QUINTA-FEIRA	Mamão Kiwi Salada de frutas	Chia Gergelim Aveia em flocos Granola	Banana Mexerica	Patê de frango com tomate seco Muçarela Presunto Salame Peito de peru	Pão francês Pão integral Pão de queijo Pão australiano	Bolo de cenoura c/ chocolate Cuca de maçã Geleia artesanal de fruta	Ovos mexidos Bacon Cuscuz Cuscuz temperado Bolinho frito	Café Leite Achocolatado Chá Suco detox Suco de polpa de fruta Vitamina de fruta	Omelete Tapioca simples Tapioca recheada Crepioça Misto quente simples Misto quente completo
14/03 SEXTA-FEIRA	Mamão Manga Salada de frutas	Chia Gergelim Aveia em flocos Granola	Banana Uvas	Patê de atum Muçarela Presunto Salame Peito de peru	Pão francês Pão integral Pão de queijo Pão brioche tradicional	Bolo de limão c/ calda Bolo de mandioca Geleia artesanal de fruta	Ovos mexidos Bacon Cuscuz Cuscuz temperado Bolinho frito	Café Leite Achocolatado Chá Suco detox Suco de polpa de fruta Vitamina de fruta	Omelete Tapioca simples Tapioca recheada Crepioça Misto quente simples Misto quente completo



DATA/DIA	FRUTAS FATIADAS	SEMENTES E CEREAIS INTEGRAIS	FRUTAS INTEIRAS	GARDE	PANIFICAÇÃO	CONFEITARIA	COZINHA QUENTE	LÍQUIDOS	ESTAÇÃO OMELETE
17/03 SEGUNDA-FEIRA	Mamão Abacaxi Salada de frutas	Chia Gergelim Aveia em flocos Granola	Banana Goiaba	Patê de presunto Muçarela Presunto Salame Peito de peru	Pão francês Pão integral Pão de queijo Pão brioche integral	Bolo inglês de tapioca Bolo de chocolate Geleia artesanal de fruta	Ovos mexidos Bacon Cuscuz Cuscuz temperado Bolinho frito	Café Leite Achocolatado Chá Suco detox Suco de polpa de fruta Vitamina de fruta	Omelete Tapioca simples Tapioca recheada Crepioca Misto quente simples Misto quente completo
18/03 TERÇA-FEIRA	Mamão Melancia Salada de frutas	Chia Gergelim Aveia em flocos Granola	Banana Pêra	Patê de frango com azeitonas Muçarela Presunto Salame Peito de peru	Pão francês Pão integral Pão de queijo Pão de beterraba	Bolo mesclado Cuca de banana Geleia artesanal de fruta	Ovos mexidos Bacon Cuscuz Cuscuz temperado Bolinho frito	Café Leite Achocolatado Chá Suco detox Suco de polpa de fruta Vitamina de fruta	Omelete Tapioca simples Tapioca recheada Crepioca Misto quente simples Misto quente completo
19/03 QUARTA-FEIRA	Mamão Melão Salada de frutas	Chia Gergelim Aveia em flocos Granola	Banana Maçã	Patê de ricota com tomate seco Muçarela Presunto Salame Peito de peru	Pão francês Pão integral Pão de queijo Bisnaga com gergelim	Bolo formigueiro Bolo de abacaxi com calda Geleia artesanal de fruta	Ovos mexidos Bacon Cuscuz Cuscuz temperado Bolinho frito	Café Leite Achocolatado Chá Suco detox Suco de polpa de fruta Vitamina de fruta	Omelete Tapioca simples Tapioca recheada Crepioca Misto quente simples Misto quente completo
20/03 QUINTA-FEIRA	Mamão Kiwi Salada de frutas	Chia Gergelim Aveia em flocos Granola	Mexerica Ameixa	Patê de atum Muçarela Presunto Salame Peito de peru	Pão francês Pão integral Pão de queijo Pão de abóbora	Bolo de milho cremoso Bolo de abobrinha	Ovos mexidos Bacon Cuscuz Cuscuz temperado	Café Leite Achocolatado Chá Suco detox	Omelete Tapioca simples Tapioca recheada Crepioca

						Geleia artesanal de fruta	Bolinho frito	Suco de polpa de fruta Vitamina de fruta	Misto quente simples Misto quente completo
21/03 SEXTA-FEIRA	Mamão Manga Salada de frutas	Chia Gergelim Aveia em flocos Granola	Banana Morangos	Patê de peito de peru Muçarela Presunto Salame Peito de peru	Pão francês Pão integral Pão de queijo Pão de ervas	Bolo de limão com calda Bolo de baunilha Geleia artesanal de fruta	Ovos mexidos Bacon Cuscuz Cuscuz temperado Bolinho frito	Café Leite Achocolatado Chá Suco detox Suco de polpa de fruta Vitamina de fruta	Omelete Tapioca simples Tapioca recheada Crepioica Misto quente simples Misto quente completo



CARDÁPIO SESC CAFÉ DA MANHÃ BUFFET – 24 A 28 DE MARÇO DE 2025

DATA/DIA	FRUTAS FATIADAS	SEMENTES E CEREAIS INTEGRAIS	FRUTAS INTEIRAS	GARDE	PANIFICAÇÃO	CONFEITARIA	COZINHA QUENTE	LÍQUIDOS	ESTAÇÃO OMELETE
24/03 SEGUNDA-FEIRA	Mamão Abacaxi Salada de frutas	Chia Gergelim Aveia em flocos Granola	Banana Goiaba	Patê de frango Muçarela Presunto Salame Peito de peru	Pão francês Pão integral Pão de queijo Pão de milho	Bolo de fubá Rocambole de doce de leite Geleia artesanal de fruta	Ovos mexidos Bacon Cuscuz Cuscuz temperado Bolinho frito	Café Leite Achocolatado Chá Suco detox Suco de polpa de fruta Vitamina de fruta	Omelete Tapioca simples Tapioca recheada Crepioica Misto quente simples Misto quente completo
25/03	Mamão Melancia	Chia Gergelim	Banana Pêra	Patê de azeitonas	Pão francês Pão integral	Bolo Formigueiro	Ovos mexidos	Café Leite	Omelete Tapioca simples

TERÇA-FEIRA	Salada de frutas	Aveia em flocos Granola		Preta Muçarela Presunto Salame Peito de peru	Pão de queijo Pão de batata	Bolo de banana c/ aveia Geleia artesanal de fruta	Bacon Cuscuz Cuscuz temperado Bolinho frito	Achocolatado Chá Suco detox Suco de polpa de fruta Vitamina de fruta	Tapioca recheada Crepioica Misto quente simples Misto quente completo
26/03 QUARTA-FEIRA	Mamão Melão Salada de frutas	Chia Gergelim Aveia em flocos Granola	Banana Maçã	Patê de ricota com ervas Muçarela Presunto Salame Peito de peru	Pão francês Pão integral Pão de queijo Pão de beterraba	Bolo de coco Bolo de chocolate Geleia artesanal de fruta	Ovos mexidos Bacon Cuscuz Cuscuz temperado Bolinho frito	Café Leite Achocolatado Chá Suco detox Suco de polpa de fruta Vitamina de fruta	Omelete Tapioca simples Tapioca recheada Crepioica Misto quente simples Misto quente completo
27/03 QUINTA-FEIRA	Mamão Kiwi Salada de frutas	Chia Gergelim Aveia em flocos Granola	Banana Nectarina	Patê de peito de peru Muçarela Presunto Salame Peito de peru	Pão francês Pão integral Pão de queijo Bisnaga com gergelim	Bolo prestígio Bolo de maracujá Geleia artesanal de fruta	Ovos mexidos Bacon Cuscuz Cuscuz temperado Bolinho frito	Café Leite Achocolatado Chá Suco detox Suco de polpa de fruta Vitamina de fruta	Omelete Tapioca simples Tapioca recheada Crepioica Misto quente simples Misto quente completo
28/03 SEXTA-FEIRA	Mamão Kiwi Salada de frutas	Chia Gergelim Aveia em flocos Granola	Banana Uvas	Patê de atum com ricota Muçarela Presunto Salame Peito de peru	Pão francês Pão integral Pão de queijo Pão brioche tradicional	Bolo de fubá com goiabada Bolo de baunilha Geleia artesanal de fruta	Ovos mexidos Bacon Cuscuz Cuscuz temperado Bolinho frito	Café Leite Achocolatado Chá Suco detox Suco de polpa de fruta Vitamina de fruta	Omelete Tapioca simples Tapioca recheada Crepioica Misto quente simples Misto quente completo



CARDÁPIO SESC CAFÉ DA MANHÃ BUFFET – 31 DE MARÇO DE 2025

DATA/DIA	FRUTAS FATIADAS	SEMENTES E CEREAIS INTEGRAIS	FRUTAS INTEIRAS	GARDE	PANIFICAÇÃO	CONFEITARIA	COZINHA QUENTE	LÍQUIDOS	ESTAÇÃO OMELETE
31/03 SEGUNDA-FEIRA	Mamão Abacaxi Salada de frutas	Chia Gergelim Aveia em flocos Granola	Banana Goiaba	Patê de presunto Muçarela Presunto Salame Peito de peru	Pão francês Pão integral Pão de queijo Pão brioche integral	Bolo inglês de laranja Bolo de chocolate Geleia artesanal de fruta	Ovos mexidos Bacon Cuscuz Cuscuz temperado Bolinho frito	Café Leite Achocolatado Chá Suco detox Suco de polpa de fruta Vitamina de fruta	Omelete Tapioca simples Tapioca recheada Crepioça Misto quente simples Misto quente completo

Obs: Cardápio sujeito a alterações sem prévio aviso