

PROGRAMAÇÃO DE CARDÁPIO PARA LANCHONETE COM PRATO EXECUTIVO DO SESC-DF

RESTAURANTE: TAGUATINGA SUL		PROGRAMAÇÃO DE CARDÁPIOS: PRATO EXECUTIVO					MÊS DE AGOSTO/25		
DATA	SALADA CRUA		PRATO PRINCIPAL	ACOMPANHAMENTO	GUARNIÇÃO			MARMITA	
SEGUNDA 11/08/25	- Mix de folhas	-	Costelinha suína assada com molho barbecue	Arroz branco Feijão carioca	Batata canoa assada com ervas Charuto de Repolho (calabesa e queijo)	-	-	Arroz branco Feijão carioca Filé de frango a pizzaiolo Ratatouille Farofa de banana	
TERÇA 12/08/25	- Mix de folhas	-	Lagarto recheado	Macarrão ao molho branco	Legumes no forno	-	-	Arroz branco Feijão carioca Filé de peixe ao molho de coco e pimentões Polenta frita Chuchu com milho	
QUARTA 13/08/25	- Mix de folhas	-	Sobrecoxa ao molho de açafrão	Arroz branco	Quiabo frito	-	-	Arroz branco feijão carioca Bife bovino acebolado Cenoura com salsinha Creme de milho	
QUINTA 14/08/25	- Mix de folhas	-	File de peixe empanado	Arroz com brócolis	Purê de abobora	-	-	Arroz branco Feijão carioca Cupim ao molho ferrugem Penne ao molho de calabresa Abóbora assada	
	-	-				-	-		

PROGRAMAÇÃO DE CARDÁPIO PARA LANCHONETE COM PRATO EXECUTIVO DO SESC-DF

SEXTA 15/08/25				Feijoada completa	Arroz branco	Torresmo Couve refogada Farofa Laranja			Arroz branco Feijão carioca Coxa e sobrecoxa ao molho de açafrão Brocolis no azeite Creme de milho
SÁBADO 16/08/25	-	-	-	-	-	-	-	-	Feijoada completa Arroz branco Torresmo Couve refogada Farofa Laranja
DOMINGO 17/08/25	-	-	-	-	-	-	-	-	Arroz branco Feijão carioca Picadinho de pernil com pimentões Purê de mandioquinha Vagem com milho
SEGUNDA 18/08/25	-	Mix de folhas	-	Parmegiana de frango	Arroz com brócolis	Batata rústica	-	-	Arroz branco Feijão carioca Cupim ao molho ferrugem Berinjela refogada com pimentões Torta de legumes
TERÇA 19/08/25	-	Mix de folhas	-	Carne de panela (coxão mole) à moda	Arroz branco	Tutu de feijão	-	-	Arroz branco Feijão carioca Isca de peixe empanado Espaguete alho e óleo Legumes em palito

PROGRAMAÇÃO DE CARDÁPIO PARA LANCHONETE COM PRATO EXECUTIVO DO SESC-DF

QUARTA 20/08/25	-	Mix de folhas	-	Coxa e sobrecoxa recheada com presunto e queijo		Macarrão ao sugo	-	-	Arroz branco Feijão carioca Bife acebolado Abobrinha grelhada com alho Farofa de banana
QUINTA 21/08/25	-	Mix de folhas	-	Filé de peixe ao molho branco gratinado	Arroz branco	Banana frita	-	-	Arroz branco Feijão carioca Isclas de carne com cebola Cenoura sauté Purê de mandioquinha
SEXTA 22/08/25	-	-	-	Feijoada Completa	Arroz branco	Torresmo Couve refogada Farofa Laranja	-	-	Arroz branco Feijão carioca Sobrecoxa assada com ervas Cenoura com couve flor Purê de abobora
SÁBADO 23/08/25	-	-	-	-	-	-	-	-	Feijoada completa Arroz branco Torresmo Couve refogada Farofa Laranja
DOMINGO 24/08/25	-	-	-	-	-	-	-	-	Arroz branco Feijão carioca Isca de frango grelhado Chuchu tropeiro Batata corada
	-		-				-	-	

PROGRAMAÇÃO DE CARDÁPIO PARA LANCHONETE COM PRATO EXECUTIVO DO SESC-DF

SEGUNDA 25/08/25		Mix de folhas		Bife a cavalo	Arroz branco	Batata frita			Arroz branco Feijão carioca Coxa e sobrecoxa assada com alecrim e alho Abobrinha com milho Berinjela empanada
TERÇA 26/08/25	-	Mix de folhas	-	Lombo suíno ao molho de vinho	Feijão tropeiro	Quibebe	-	-	Arroz branco Feijão carioca Carne de panela Purê de baroa Farofa de cenoura
QUARTA 27/08/25	-	Mix de folhas	-	Picadinho misto (frango, carne e calabresa)	Macarrão ao alho e óleo	Banana empanada	-	-	Arroz branco Feijão carioca Medalhão de frango Purê de abóbora Brocolis com azeite
QUINTA 28/08/25	-	Mix de folhas	-	Filé de peixe a portuguesa	Arroz com brocolis	Purê de batata c/ crocante de bacon	-	-	Arroz branco Feijão carioca Carne de sol Farofa de cebola Mandioca cozida
SEXTA 29/08/25	-	-	-	Feijoada completa	Arroz branco	Torresmo Couve refogada Farofa Laranja	-	-	Arroz branco Feijão carioca Coxa e sobrecoxa recheada com presunto e queijo Abobrinha com cenoura

PROGRAMAÇÃO DE CARDÁPIO PARA LANCHONETE COM PRATO EXECUTIVO DO SESC-DF

									Inhame assado com alecrim
SÁBADO 30/08/25	-	-	-	-	-	-	-	-	Feijoada completa Arroz branco Torresmo Couve refogada Farofa Laranja
DOMINGO 31/08/25	-	-	-	-	-	-	-	-	Arroz branco Feijão carioca Isca de frango Espaguete ao sugo Brocolis no azeite
(*) Prato disponível apenas no SESC Taguatinga Sul - Cardápio sujeito à alteração devido à sazonalidade dos produtos e a disponibilidade de entrega dos fornecedores									

FERNANDA DIONÍSIO DOURADO COSTA - 04823 GERENTE DE ÁREA	JULIANA GARCIA MESQUITA – CRN/5659 NUTRICIONISTA
---	--