

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	CARNAAVL	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 Crepioca 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 Crepioca 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	Mamão		Banana	Patê de	Pão francês	Bolo de laranja	Ovos	Café	Omelete
QUARTA	Nelão Melão	Chia	Morangos	ricota com	Pão integral	Bolo de	mexidos	Leite	Tapioca simples
FEIRA	Salada de	Gergelim		ervas	Pão de queijo	chocolate	Bacon	Achocolatado	Tapioca
	frutas	Aveia em		Muçarela	Pão de batata	Geleia	Cuscuz	Chá	recheada
		flocos		Presunto		artesanal de	Cuscuz	Suco detox	Crepioca
		Granola		Salame		fruta	temperado	Suco de polpa	Misto quente
				Peito de peru			Bolinho frito	de fruta	simples
								Vitamina de	Misto quente
								fruta	completo
13/03	Mamão		Banana	Patê de	Pão francês	Bolo de cenoura	Ovos	Café	Omelete
QUINTA	- Kiwi	Chia	Mexerica	frango com	Pão integral	c/ chocolate	mexidos	Leite	Tapioca simples
FEIRA	Salada de	Gergelim		tomate seco	Pão de queijo	Cuca de maçã	Bacon	Achocolatado	Tapioca
	frutas	Aveia em		Muçarela	Pão	Geleia	Cuscuz	Chá	recheada
		flocos		Presunto	australiano	artesanal de	Cuscuz	Suco detox	Crepioca
		Granola		Salame		fruta	temperado	Suco de polpa	Misto quente
				Peito de peru			Bolinho frito	de fruta	simples
								Vitamina de	Misto quente
								fruta	completo
14/03	Mamão	Chia	Banana	Patê de	Pão francês	Bolo de limão c/	Ovos	Café	Omelete
SEXTA		Gergelim	Uvas	atum	Pão integral	calda	mexidos	Leite	Tapioca simples
FEIRA	Salada de	Aveia em		Muçarela	Pão de queijo	Bolo de	Bacon	Achocolatado	Tapioca
	frutas	flocos		Presunto	Pão brioche	mandioca	Cuscuz	Chá	recheada
		Granola		Salame	tradicional	Geleia	Cuscuz	Suco detox	Crepioca
				Peito de peru		artesanal de	temperado	Suco de polpa	Misto quente
						fruta	Bolinho frito	de fruta	simples
								Vitamina de	Misto quente
								fruta	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	Bolinho frito	Suco de polpa de fruta	Misto quente simples
						fruta		Vitamina de	Misto quente
								fruta	completo
21/03	Mamão	Chia	Banana	Patê de	Pão francês	Bolo de limão	Ovos	Café	Omelete
SEXTA-	Manga	Gergelim	Morangos	peito de	Pão integral	com calda	mexidos	Leite	Tapioca simples
FEIRA	Salada de	Aveia em		peru	Pão de queijo	Bolo de	Bacon	Achocolatado	Tapioca
	frutas	flocos		Muçarela	Pão de ervas	baunilha	Cuscuz	Chá	recheada
		Granola		Presunto		Geleia	Cuscuz	Suco detox	Crepioca
				Salame		artesanal de	temperado	Suco de polpa	Misto quente
				Peito de peru		fruta	Bolinho frito	Vitamina de	simples
								fruta	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 Crepioca 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 Crepioca 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 Crepioca 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 Crepioca 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 Crepioca 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 Crepioca Misto quente simples Misto quente completo

Obs: Cardápio sujeito a alterações sem prévio aviso