

 RESTAURANTE: CLDF/SESC TAG. NORTE/SESC GAMA		PROGRAMAÇÃO DE CARDÁPIOS (A)					MÊS DE JANEIRO/ 2026			
DATA	MOLHO	SALADA CRUA	SALADA COZIDA	PRATO PRINCIPAL	ACOMPANHA- MENTO	GUARNIÇÃO	OPÇÃO VEGETARIANA	MASSA	SOBREMESA	MARMITA
QUINTA 29/01/26	Mostarda e mel Vinagrete	Salada tropical Salada a primavera Tomate em rodela Rúcula com manga	Salada de legumes com brócolis Maionese de beterraba Salada de grão de bico com cenoura Salada Húngara	Filé de frango grelhado Contrafilé acebolado Pernil ao molho agri-doce	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca Arroz com brócolis	Batata assada c/ talos Purê de abóbora Seleta de legumes Farofa de banana	Ovos fritos	Macarrão penne Molho sugo Molho branco Queijo parmesão	Frutas laminadas Pudim Bolo de nozes Manjar de coco com calda de ameixa Delícia de abacaxi	Pernil ao molho Agri-doce Arroz branco Feijão Carioca Seleta de legumes Farofa de banana
SEXTA 30/01/26	Ervas finas Vinagrete	Salada tropical Tomate em pétalas Salada de repolho e tomate cereja Broto de feijão c/ cenoura ralada	Legumes ao forno Maionese Lentilha com abobrinha, tomate e cebolas Abóbora com salsa	Feijoada Lagarto recheado Isclas de frango à portuguesa	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca Arroz com costela desfiada	Couve refogada Torresmo Creme de milho Farofa de bacon Legumes cozidos no vapor com ervas	Ovos fritos	Macarrão tallarim Molho sugo Molho rosê Queijo parmesão	Frutas laminadas Pudim Bolo na travessa de goiabada Cocada	Lagarto recheado Arroz branco Feijão Carioca Legumes cozidos Creme de milho
SÁBADO 31/01/26	Molho italiano Vinagrete	Salada tropical Tomate picado Alface com laranja Salada de repolho americano	Ovos cozidos Beterraba cozida com cheiro verde Cenoura, tomate e cebolas Couve-flor e brócolis	Sobrecoxa assada Estrogonofe de carne (coxão mole) Lombo suíno ao Molho inglês	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca Arroz à grega	Purê de batata Seleta de legumes Farofa mista Batata palha Bolinho de arroz frito com legumes	Ovos cozidos	Macarrão espaguete Molho sugo Molho rosê Queijo parmesão	Frutas laminadas Pudim Delícia de uva Brigadeiro	Estrogonofe de carne Arroz branco Batata palha

**FRNANDA DIONÍSIO DOURADO COSTA – MAT. 6597
GERENTE DE ÁREA**

**LUANA PORTO DA SILVA – CRN/1 6718
RESPONSÁVEL PELO CARDÁPIO**