

HORÁRIOS:

RESTAURANTE - Terças a sextas, das 11h às 14h30. Sábados, domingos e feriados das 11h às 15h ou até atingir a capacidade máxima de atendimento: 800 refeições/dia.

CAFETERIA - Terça à sexta, das 9h às 21h30. Sábados, domingos e feriados, das 9h30 às 18h.

CAFETERIA DO GALPÃO - Terça à sexta, das 8h às 21h30. Sábados, domingos e feriados, das 8h às 18h.

TABELA DE PREÇOS PARA REFEIÇÃO POR QUILO:

• **Credencial Plena: R\$ 17**

• **Credencial MIS: R\$ 28**

• **Visitante: R\$ 45**

RESTAURANTE Cardápio de Novembro/19

		TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
		DIA 5	DIA 6	DIA 7	DIA 8	DIA 9	DIA 10
	PRATO PRINCIPAL	• Goulash • Filé de Cambucu com pimenta cambucí e tomate italiano assado	• Bisteca grelhada acebolada • Frango com grão de bico, cebolas e rúcula	• Bife grelhado ao molho de queijos • Cação assado com batata bolinha e alecrim	• Torta de carne seca • Filé de frango ao molho de espinafre e tomate	• Alcatra com vinagrete de pimentões • Linguado à Belle Meunière	• Fraldinha assada no sal grosso • Gratinado de frango
	ACOMPANHAMENTO	• Virado de abobrinha com alho-poró • Legumes na manteiga	• Tutu de feijão • Couve manteiga refogada	• Capelete de carne ao molho de tomate • Couve-flor com repolho roxo	• Sufilê de milho • Escarola refogada com cenoura	• Lasanha de berinjela • Vagem com alho frito	• Talharim ao molho de camarão • Acelga com pimenta biquinho
CAFETERIA DA UNIDADE	MASSA	• Caldinho de feijão preto com cebolinha e bacon	• Talharim	• Penne integral	• Nhoque de batata	• X	• X
	MOLHO 1	• Sopa de fubá com couve manteiga e pimenta biquinho	• Pomodoro	• Pomodoro	• Pomodoro	• X	• X
	MOLHO 2	• X	• Calabresa com tomate	• Bolonhesa	• Alho-poró, bacon e tomate	• X	• X
	SALADA SESC	• Alfaca roxa, alface crespa, tomate salada, brócolis, cenoura in natura, tremoço.					
		DIA 12	DIA 13	DIA 14	DIA 15	DIA 16	DIA 17
	PRATO PRINCIPAL	• Bife grelhado ao molho de alecrim e limão • Frango oriental com pimenta cambucí e tomate italiano assado	• Carne de panela • Tilápia assada com cebolas caramelizadas	• Estrogonofe de carne • Filé de frango à milanesa	• Bife à pizzaiolo • Cação com pimentões salteados	• Lagarto ao molho madeira • Frango assado ao molho de laranja	• Alcatra assada ao molho ferrugem • Merluza no fubá
	ACOMPANHAMENTO	• Chuchu gratinado • Espinafre com semente de girassol	• Macarrão fusilli ao molho gorgonzola e brócolis • Mostarda refogada com gergelim branco	• Batata assada • Berinjela com alho-poró	• Abobrinha italiana com ovos e salsa • Cenoura com nozes	• Polenta com ragu de cogumelo shimeji • Abóbora japonesa com queijo coalho	• Caneloni com recheio de queijo e presunto ao molho de tomate • Escarola refogada com passas
CAFETERIA DA UNIDADE	MASSA	• Fusilli integral	• Penne de vegetais	• Farfalle	• X	• X	• X
	MOLHO 1	• Pomodoro	• Pomodoro	• Pomodoro	• X	• X	• X
	MOLHO 2	• Putanesca	• Goulash	• Alho-poró e bacon	• X	• X	• X
	SALADA SESC	• Rúcula, alface americana, tomate salada, uva crimson, pepino japonês in natura, grão de bico.					
		DIA 19	DIA 20	DIA 21	DIA 22	DIA 23	DIA 24
	PRATO PRINCIPAL	• Espetinho de carne com vinagrete de carambola • Cação com cenouras e brócolis, pimenta cambucí e tomate italiano assado	• Vaca atolada • Filé de frango ao molho de palmito e alho-poró	• Alcatra ao molho chimichurri • Filhote lombo com banana da terra assada	• Filé suíno ao molho barbecue • Galinhada	• Carne assada ao molho de mostarda e mel • Tilápia com alcaparras e pimenta biquinho	• Maminha assada ao molho de bacon • Frango tipo à passarinho
	ACOMPANHAMENTO	• Cuscuz de legumes • Berinjela com damasco	• Farofa • Escarola refogada com pimentão vermelho	• Sufilê de queijos • Acelga refogada com shoyo e tomate cereja	• Mandioca com couve-de-bruxelas • Repolho roxo com azeitonas e cebolas	• Macarrão penne ao molho calabresa • Abobrinha com linhaça e pimenta biquinho	• Farofa de banana da terra com manteiga de garrafa • Cenoura baby com champignon
CAFETERIA DA UNIDADE	MASSA	• Cappelletti de ricota	• X	• Talharim	• Penne	• X	• X
	MOLHO 1	• Pomodoro	• X	• Pomodoro	• Pomodoro	• X	• X
	MOLHO 2	• Rosê	• X	• Frango cremoso	• Palmito	• X	• X
	SALADA SESC	• Alfaca romana, alface lisa, tomate cereja, abobrinha italiana in natura, cenoura in natura, quinoa.					
		DIA 26	DIA 27	DIA 28	DIA 29	DIA 30	DIA 1º/12
	PRATO PRINCIPAL	• Bife à francesa • Tilápia assada	• Cozido gaúcho • Frango ao molho de vinho e cogumelos	• Alcatra com molho de gorgonzola • Merluza com farofa de ervas	• Bife à rolê • Filé de frango ao molho branco e amêndoas	• Quibe bovino assado com hortelã • Moqueca de cação com camarão	• Contra filé na manteiga de ervas • Peito de peru assado com mel, brócolis e palmito
	ACOMPANHAMENTO	• Purê de mandioquinha • Couve refogada com soja torrada	• Virado de quiabo • Berinjela com queijo búfala	• Batata doce corada com sal grosso e alecrim • Ervilha torta com tomate assado	• Espinafre refogado com ovos mexidos e cebola • Maxixe com palmito e tomate assado	• Pirão de peixe • Chuchu com milho e orégano	• Yakissoba com legumes e shoyo • Abóbora japonesa com couve-flor e vagem
CAFETERIA DA UNIDADE	MASSA	• Fusilli de vegetais	• Nhoque de batata	• Farfalle	• Penne integral	• X	• X
	MOLHO 1	• Pomodoro	• Pomodoro	• Pomodoro	• Pomodoro	• X	• X
	MOLHO 2	• Gorgonzola com brócolis	• Parisiense	• Atum	• Carne seca com tomate e manjeriço	• X	• X
	SALADA SESC	• Alfaca crespa, agrião, tomate sweet, beterraba inteira sem casca, laranja inteira sem casca, semente de linhaça.					

IMPORTANTE

• O consumo na Comedoria é controlado por sistema informatizado atrelado à credencial plena, MIS ou comanda eletrônica. Os credenciados pleno e MIS têm direito a um valor diferenciado no preço das refeições no restaurante, mediante apresentação da credencial atualizada. Você pode efetuar o pagamento em dinheiro, tíquete ou cartão de crédito/débito. No caso de extravio da comanda, procure imediatamente nosso pessoal de atendimento.

• Na Comedoria só é permitido o consumo de alimentos adquiridos no local.

• É contemplada uma refeição diária por credenciais plena e MIS válidas.

Visite nossa cozinha • Decreto 34.557, de 28/09/1994 • Procon 151. CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÃO