Cardápio Restaurante Belamira

Janeiro - 2019

	SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA	
	31/dez	**Kcal**	**01/jan**	**Kcal**	**02/jan**	**Kcal**	**03/jan**	**Kcal**	**04/jan**	**Kcal**
Salada I		-		-	Tomate Temperado	11	Alface americano c/ Tomate	20	Beterraba Ralada	17
Salada II		-		-	Cenoura Vick	122	Legumes ao Vapor	58	Chuchu c/ Ovo	17
Prato principal	CONPENSAÇÃO	-	FERIADO	-	Isca de Frango Agridoce	289	Bife de Panela c/ Batata	262	Ensopado de Frango c/ Quiabo	149
Acompanham. 01		-		-	Arroz Branco / Feijão de Caldo	232	Macarrão Espaguete Molho Tomate / Feijão Caldo	441	Arroz / Pirão	227
Opção		-		-	Ovo Cozido	71	Ovo Frito	227	Tortilha de Legumes	181
Sobremesa		-		-		-	-	-	Banana Prata	84
	07/jan	**Kcal**	**08/jan**	**Kcal**	**09/jan**	**Kcal**	**10/jan**	**Kcal**	**11/jan**	**Kcal**
Salada I	Alface Americano c/ Abacaxi	19	Vinagrete	76	Tomate Temperado	11	Caprese (queijo frescal + manjericão)	81	Alface c/ Tomate	20
Salada II	Beterraba	23	Batata Meson	168	Couve-Flor Gratinado	28	Purê Misto	27	Cenoura Vick	122
Prato principal	Filé de Frango à Milanesa	339	Carré Acebolado	250	Cozido (bat.cen.chu.rep.ban.)	-	Frango Ensopado c/ Batata	253	Quiabada	330
Acompanham. 01	Arroz Branco / Feijão de Caldo	232	Arroz Branco / Feijão Tropeiro	330	Arroz/Pirão/ Feijão de Caldo	390	Macarrão Parafuso ao Molho de Tomate / Feijão Caldo	441	Arroz Branco / Farofa de Manteiga	346
Opção	Ovo Cozido	71	Ovo Frito	227	Tortilha de Legumes	181	Ovo Cozido	71	Ovo Frito	227
Sobremesa	-	-	-	-	-	-	-	-	Laranja	49
	14/jan	**Kcal**	**15/jan**	**Kcal**	**16/jan**	**Kcal**	**17/jan**	**Kcal**	**18/jan**	**Kcal**
Salada I	Alface Crespa com Abacaxi	32	Mix de Folhas (Couve + Alface)	18	Alface americano c/ Passas	20	Salada primavera (pepino + manga + Alface crespa)	32	Beterraba + Cenoura Ralada	70
Salada II	Legumes ao Vapor	58	Chuchu c/ Ovo	17	Batata Palha	266	Vagem c/ cenoura ao Shoyo	30	Purê de Batata Doce	62
Prato principal	Bife ao M° Madeira	344	Peixe ao Molho de Coco	385	Estrogonofe de Frango	256	Cozido (batata, rep. Banana, Cenoura, abóbora)	271	Frango Crocante	792
Acompanham. 01	Arroz / Feijão de Caldo	210	Arroz Branco / Feijão de Caldo	232	Arroz Branco / Feijão de Caldo	232	Arroz / Pirão	227	Arroz / Feijão Tropeiro	330
Opção	Ovo Cozido	71	Ovo frito	227	Tortilha de Legumes	181	Ovo Cozido	71	Ovo Frito	227
Sobremesa	-	-	-	-	-	-	-	-	Melancia	12
	21/jan	**Kcal**	**22/jan**	**Kcal**	**23/jan**	**Kcal**	**24/jan**	**Kcal**	**25/jan**	**Kcal**
Salada I	Tomate c/ pepino	11	Mix de Folhas (alface crespo + alface americano)	35	Alface Americano c/ Manga	20	Pepino c/ orégano	6	Tomate Temperado	11
Salada II	Suflê de Legumes	58	Batata Palha	266	Cenoura Vick	122	Abobrinha Gratinada	20	Couve à Mineira	60
Prato principal	Goulache de Carne	310	Filé de Frango à Parmegiana	248	Isca de carne Chinesa	259	Frango c/ Quiabo	264	Feijoada	141
Acompanham. 01	Arroz Branco / Feijão de Caldo	232	Macarrão de Forno/ Feijão de caldo	430	Arroz Branco / Feijão de Caldo	232	Arroz / Feijão de Caldo	210	Arroz Branco / Farofa de Manteiga	346
Opção	Tortilha de Legumes	181	Ovo Cozido	71	Ovo Frito	227	Tortilha de Legumes	181	Ovo Cozido	71
Spbremesa	-	-	-	-	-	-	-	-	Abacaxi	30
	28/jan	**Kcal**	**29/jan**	**Kcal**	**30/jan**	**Kcal**	**31/jan**	**Kcal**		
Salada I	Alface americano c/ Passas	20	Mix Ralado (cenoura + beterraba)	23	Pepino c/ orégano	6	Tomate Temperado	11		
Salada II	Batata c/ Maionese	52	Chuchu c/ Ovo	17	Legumes ao Vapor	58	Abóbora	34		
Prato principal	Carré Acebolado	250	Carne de Panela	200	Peixe à Escabeche	253	Cozido (bat.cen.chu.rep.ban.)	-		
Acompanham. 01	Baião de Dois / Feijão Tropeiro	380	Arroz Branco / Feijão de Caldo	232	Arroz Branco/Pirão de Peixe	310	Arroz/Pirão/ Feijão de Caldo	390		
Opção	Ovo Frito	227	Tortilha de Legumes	181	Ovo Cozido	71	Ovo Frito	227		
Sobremesa	-	-	-	-	-	-	-	-		