



Cardápio Restaurante Belamira

JULHO - 2018

DIAS	SEG		TER		QUA		QUI		SEX	
	02/jul	Kcal	03/jul	Kcal	04/jul	Kcal	05/jul	Kcal	06/jul	Kcal
Salada I	-	-	Alface c/ Tomate	20	Mix Ralado (cenoura + beterraba)	23	Pepino com Tomate	19	Alface americano c/ Tomate	20
Salada II	-	-	Cenoura Vick	122	Purê de Batata	42	Abóbora Meson	49	Chuchu Delícia	55
Prato principal	-	-	Frango Ensopado	243	Carré	250	Peixe ao Mº de Alecrim	309	Quiabada	330
Acompanham. 01	-	-	Penne ao Sugo / feijão	341	Arroz Branco / Feijão Tropeiro	330	Arroz Branco / Feijão de Caldo	232	Arroz / Farofa / Feijão de caldo	697
Opção	-	-	Ovo Cozido	71	Ovo Frito	227	Tortilha de Legumes	181	Ovo Cozido	71
Sobremesa	-	-	-	-	-	-	-	-	Banana Prata	84
	09/jul	Kcal	10/jul	Kcal	11/jul	Kcal	12/jul	Kcal	13/jul	Kcal
Salada I	Rúcula c/ Manga	17	Tomate c/ orégano	7	Abacaxi	30	Mix de Folhas (alface americano+ rúcula)	21	Tomate c/ Cebola	30
Salada II	Batata Gratinada	277	Brócolis	12	Batatas Sauté	24	Legumes ao Vapor	58	Couve Refogado	46
Prato principal	Bife à Espanhola	538	Isca de Frango Acebolada	189	Churrasco (frango + Toscana)	380	Carne de Panela	200	Feijoada Carioca	421
Acompanham. 01	Arroz Branco / Feijão de Caldo	232	Macarrão parafuso ao alho e óleo / Feijão	510	Arroz Branco / Feijão Tropeiro	330	Arroz Branco / Feijão de Caldo	232	Arroz Branco / Farofa de Manteiga	346
Opção	Ovo Frito	227	Tortilha de Legumes	181	Ovo Cozido	71	Ovo Frito	227	Tortilha de Legumes	181
Sobremesa	-	-	-	-	-	-	-	-	Laranja	49
	16/jul	Kcal	17/jul	Kcal	18/jul	Kcal	19/jul	Kcal	20/jul	Kcal
Salada I	Alface americano c/ Tomate	20	Acelga c/ Cenoura Ralada	30	Alface c/ Cebola	19	Pepino	6	Tomate c/ Cebola	30
Salada II	Purê de Batata Doce	62	Abóbora Gratinada	49	Banana da Terra Frita	93	Suflê de Legumes	58	Cenoura Vick	122
Prato principal	Filé de Frango ao Mº Soyo	326	Bife à Lisboeta	232	Carré	250	Peixe ao Mº de Coco	385	Dobradinha	246
Acompanham. 01	Arroz Branco / Feijão de Caldo	232	Macarrão Talharim ao Mº de Tomate / Feijão de Caldo	341	Arroz / Feijão Tropeiro	330	Arroz / Feijão de Caldo	210	Arroz Branco / Farofa de Manteiga	346
Opção	Ovo Cozido	71	Ovo Frito	227	Tortilha de Legumes	181	Ovo Cozido	71	Ovo Frito	227
Sobremesa	-	-	-	-	-	-	-	-	Tangerina	92
	23/jul	Kcal	24/jul	Kcal	25/jul	Kcal	26/jul	Kcal	27/jul	Kcal
Salada I	Pepino	6	Mix Ralado (cenoura + beterraba)	23	Mix de Folhas (alface + Couve)	18	Rúcula c/ Manga	17	Alface c/ Tomate	20
Salada II	Chuchu Delícia	55	Legumes Meson	50	Purê Misto	27	Batata Gratinada	277	Cenoura ralada c/ Milho Verde	35
Prato principal	Frango Ensopado	243	Lombo ao Mº de Tomate	297	Filé de Frango Grelhado	189	Carré	250	Cozido (bat.cen.chu.rep.ban.)	-
Acompanham. 01	Arroz / Feijão de Caldo	210	Arroz / Feijão de Caldo	210	Arroz Branco / Feijão de Caldo	232	Arroz / Feijão Tropeiro	330	Arroz / Pirão	227
Opção	Tortilha de Legumes	181	Ovo Cozido	71	Ovo Frito	227	Tortilha de Legumes	181	Ovo Cozido	71
Sobremesa	-	-	-	-	-	-	-	-	Mamão	49
	30/jul	Kcal	31/jul	Kcal	01/ago	Kcal	02/ago	Kcal	03/ago	Kcal
Salada I	Legumes ao Vapor	58	Cenoura ralada c/ Milho Verde	35						
Salada II	Couve flor ao vapor	10	Abóbora Gratinada	49						
Prato principal	Lombo ao Mº de Tomate	297	Frango Ensopado c/ Batata	253						
Acompanham. 01	Arroz Branco / Feijão de Caldo	232	Macarrão Paraf. Mº Tomate / Feijão Caldo	441						
Opção	Ovo Frito	227	Tortilha de Legumes	181						
Sobremesa	-	-	-	-						