



Cardápio Restaurante Belamira

Outubro - 2018

	SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA	
	01/out	Kcal	02/out	Kcal	03/out	Kcal	04/out	Kcal	05/out	Kcal
Salada I	Mix de Folhas (Couve + Alface)	18	Pepino com Tomate	19	Alface americano c/ Passas	20	Vinagrete	76	Feijão Fradinho	80
Salada II	Legumes ao Vapor	58	Abóbora Meson	49	Beterraba Cozida	48	Purê de Aipim	144	Caruru/Vatapá	390
Prato principal	Frango Assado	315	Carré	250	Isca de Frango Acebolada	189	Carré	250	Peixe à Escabeche	253
Acompanham. 01	Feijão Caldo	441	Arroz / Feijão de Caldo	210	Arroz / Feijão de Caldo	210	Arroz Branco / Feijão Tropeiro	330	Arroz Branco	206
Opção	Ovo Cozido	71	Ovo Frito	227	Tortilha de Legumes	181	Ovo Cozido	71	Ovo Frito	227
Sobremesa	-	-	-	-	-	-	-	-	Abacaxi	-
	08/out	Kcal	09/out	Kcal	10/out	Kcal	11/out	Kcal	12/out	Kcal
Salada I	Rúcula c/ Manga	17	Alface c/ Tomate	20	Mix de Folhas (alface + Couve)	18	Tomate c/ Cebola	30	-	-
Salada II	Cenoura c/ Vagem	49	Chuchu c/ Ovo	17	Couve flor ao vapor	10	Couve Refogado	46	-	-
Prato principal	Frango Grelhado	189	Ensopado a Brasileira	271	Isca de Carne ao Molho Agridoce	219	Feijoada Carioca	421	F E R I A D O	-
Acompanham. 01	Arroz / Feijão de Caldo	210	Arroz Branco / Feijão de Caldo	232	/ Feijão	510	Manteiga	346	-	-
Opção	Tortilha de Legumes	181	Ovo Cozido	71	Ovo Frito	227	Tortilha de Legumes	181	-	-
Sobremesa	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	15/out	Kcal	16/out	Kcal	17/out	Kcal	18/out	Kcal	19/out	Kcal
Salada I	Alface Americano c/ Manga	20	Couve à Mineira	60	Alface americano c/ Tomate	20	Salada primavera (pepino + manga + Alface crespa)	32	Alface c/ Tomate	20
Salada II	Batata Meson	168	Batata Gratinada	277	Sufilé de Chuchu	45	Brócolis ao vapor	18	Mix Ralado (cenoura + beterraba)	23
Prato principal	Ensopado de Frango c/ Quiabo	149	Carré	250	Peixe ao Mº de Coco	385	Bife de Panela	248	Cozido (bat.cen.chu.rep.ban.)	-
Acompanham. 01	Arroz / Feijão de Caldo	210	Arroz / Tutu de Feijão	290	Arroz Branco / Feijão de Caldo	232	Penne ao Sugo / feijão	341	Arroz / Pirão	227
Opção	Ovo Cozido	71	Ovo Frito	227	Tortilha de Legumes	181	Ovo Frito	227	Ovo Cozido	71
Sobremesa	-	-	-	-	-	-	-	-	Melão	-
	22/out	Kcal	23/out	Kcal	24/out	Kcal	25/out	Kcal	26/out	Kcal
Salada I	Pepino com Tomate	19	Alface Crespa	17	Alface c/ Tomate	20	Tomate Temperado	11	Couve Refogado	46
Salada II	Sufilé de Legumes	58	Quiabo c/ vinagrete	8	Batata c/ Maionese	52	Cenoura Vick	122	Purê de Batata Doce	62
Prato principal	Filé de Frango Grelhado	189	Picadinho de Carne c/ Abóbora	220	Frango Assado	315	Bife de Panela c/ Batata	262	Carré	250
Acompanham. 01	Arroz Branco / Feijão de Caldo	232	Arroz Branco / Feijão de Caldo	232	Arroz / Feijão Tropeiro	330	/ Feijão	510	Arroz Branco / Feijão Tropeiro	330
Opção	Tortilha de Legumes	181	Ovo Frito	227	Ovo Cozido	71	Tortilha de Legumes	181	Ovo Frito	227
Sobremesa	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	29/out	Kcal	30/out	Kcal	31/out	Kcal				
Salada I	Alface c/ Tomate	20	Mix de Folhas (Couve + Alface)	18	Mix de Folhas (alface + Couve)	18				
Salada II	Beterraba c/ Milho	61	Banana da Terra c/ passas	92	Chuchu c/ Ovo	17				
Prato principal	Carne de Panela	200	Frango Grelhado	189	Cozido (bat.cen.chu.rep.ban.)	-				
Acompanham. 01	Arroz Branco / Feijão de Caldo	232	Arroz Branco / Feijão de Caldo	232	Arroz / Pirão	227				
Opção	Ovo Cozido	71	Tortilha de Legumes	181	Ovo Frito	227				
Sobremesa	-	-	-	-	-	-				