



RESTAURANTE-ESCOLA SENAC
FOZ DO IGUAÇU

cardápio
2019

Créditos:

Elaboração do menu: chef *Marcos Ubirajara de Quadros*

Carta de Bebidas: instrutor e sommelier *William Rodrigo Lopes Kelm*

Responsável Técnica: Nutricionista, instrutora, consultora PAS
Suyan Emmanuelle Lobo Alexandre

Gerente do Senac Foz do Iguaçu: *Lúcio Marcelo Chrestenzen*

*Um mundo de sabores e sofisticação se apresenta para você.
O Restaurante-Escola Senac propõe um cardápio com ingredientes
rigorosamente selecionados e receitas de dar água na boca.*

Saladas Salads • Ensaladas

Salada de palmito & cia | Hearts of palm | Ensalada de palmito y compañía _____ R\$ 15,00

Palmito, cebola, tomate confitado com lâminas de cenoura e pepino em azeite de ervas da horta | *Hearts of palm, onions, tomato confit with slices of carrot, and cucumber on olive oil with herbs* | *Palmito, cebolla, tomate confitado con láminas de zanahoria y pepino en aceite de hierbas de la huerta* | Valor calórico: porção de 100 g, 90 kcal/ 375 kJ

Salada Sinfonia Senac | Sinfonia Senac Salad | Ensalada Sinfonía Senac _____ R\$ 19,00

Mix de folhas da estação, azeitonas pretas, caponata de berinjela e abobrinha, figo seco, azeite extra virgem, aceto balsâmico em uma cestinha de pão | *Green salad, black olives, egg plant and zucchini kapunata, dried figs, extra-virgin olive oil, and balsamic vinegar* | *Mix de hojas de la estación, aceitunas negras, caponata de berenjena y calabacín, higo seco, aceite extra virgen y aceite balsámico* | Valor calórico: porção de 100 g, 168 kcal/ 705 KJ





Massas Da Casa

Homemade pastas • Masas de la casa

Elaboradas artesanalmente ao tradicional estilo italiano

Elaborated handcrafted to tradicional italian style

Elaborada artesanalmente al estilo italiano tradicional

Talharim | Taglierini | Tallarines _____ R\$ 9,00

Preparada com semolina de grano duro, farinha de trigo, ovos, sal e azeite de oliva extra virgem | *Made with semolina, wheat flour, eggs, salt, and extra-virgin olive oil* | Preparada con semolina de grano duro, harina de trigo, huevos, sal y aceite de oliva extra virgen | Valor calórico: porção de 100 g, 398 kcal/ 1664 KJ

Strozzapreti | Strozzapreti _____ R\$ 9,00

Preparada com semolina de grano duro, água, sal e azeite de oliva extra virgem | *Made with semolina, water, salt, and extra-virgin olive oil* | Preparada con semolina de grano duro, agua, sal y aceite de oliva extra virgen | Valor calórico: porção de 100 g, 397 kcal/1665 KJ

Molhos

Sauces • Salsas

Funghi | Funghi sauce | Salsa Funghi _____ R\$ 15,00

Molho bechamel, funghi sec e parmesão | *Béchamel sauce, dried funghi, and parmesan cheese* | Salsa bechamel, funghi sec y parmesano | Valor calórico: porção de 100 g, 143 kcal/ 623 KJ

Tomate e manteiga | Tomato and butter | Pomodoro i burro _____ R\$ 9,00

Tomate pelado, manteiga, cebola e manjericão | *Pealed tomatoes, butter, onions, and basil* | Tomate pelado, mantequilla, cebolla y albahaca | Valor calórico: porção de 100 g, 61 kcal/ 253 KJ

Bolonhesa | Bolognese | Boloñesa _____ R\$ 12,00

Molho pomodoro e filé mignon picado | *Tomato sauce, and chopped tenderloin steak* | Salsa pomodoro y filé mignon picado | Valor calórico: porção de 100 g, 80 kcal/ 334 KJ



Peixes *Fishes • Pescados*

Salmão em crosta de gergelim ao molho de maracujá | **Salmon on sesame crust with passion fruit sauce** | **Salmón en Crosta de Sésamo con Salsa de Maracuyá** _____ R\$ 40,00

Tranche de salmão ao forno com crosta de cereais e molho de maracujá, sobre colchão de legumes | *Salmon fillet baked with sesame crust and passion fruit sauce over some vegetables* | *Trancha de salmón al horno con crosta de cereales y salsa de maracuyá, sobre capa de legumbres* | *Valor calórico: porção de 100 g, 228 kcal/ 952 KJ*

Gadus morhua Senac | **Gadus Mohua Senac** _____ R\$ 36,00

Lombo de gadus morhua salteado em azeite, com batatas aos murros e azeitonas pretas | *Gadus morhua loin salteed on olive oil, baked potatoes, and black olives* | *Lomo de gadus morhua salteado en aceite, con patatas a murros y aceitunas negras* | *Valor calórico: porção de 100 g, 251 kcal/ 1048 KJ*

Carne *Meats • Carnes*

Filé mignon à parmegiana | **Beef tenderloin parmigiana** | **Filé mignon à parmegiana** _____ R\$ 35,00

Mignon à milanesa gratinado com molho pomodoro, muçarela, batatas coradas | *Breaded beef tenderloin with tomato sauce, mozzarella cheese, and baked potatoes* | *Mignon a la milanesa gratinado con salsa pomodoro, mozzarella, patatas coradas* | *Valor calórico: porção de 100 g, 330 kcal/ 1379 KJ*

Tornedor de mignon ao molho Malbec com purê de batata baroa e gelado de erva mate | **Beef tenderloin tornedor with Malbec sauce, mashed arracacha and mate tea ice cream** | **Tornedor de mignon con salsa Malbec con puré de patata baroa y Helado de Hierba mate** _____ R\$ 38,00

Corte alto de mignon grelhado ao molho malbec, purê de batata salsa e gelado de erva mate | *High cut of tenderloin grilled with Malbec sauce, mashed arracachas, and mate tea ice cream* | *Corte alto de mignon a la parrilla con salsa malbec, puré de patata salsa y escarchado de hierba mate* | *Valor calórico: porção de 100 g, 282 kcal/ 1180 KJ*

Carré de Cordeiro com Purê de hortelã e Ervilhas | **Rack of lamb with mashed peas and mint** | **Carré de Cordero con Puré de menta y chícharos** _____ R\$ 36,00

Carré french rack de cordeiro grelhado, purê de hortelã e ervilha ao seu molho | *Grilled rack of lamb, mashed peas, and mint* | *Carré french rack de cordero a la parrilla, puré de menta y chícharos en su salsa* | *Valor calórico: porção de 100 g, 137 kcal/ 575 KJ*



Low Carb *Low carb*

Omelete de espinafre e legumes com bacon | Spinach omelet, vegetables and bacon | Omelete de espinaças y legumbres con bacon R\$ 18,00

Ovos, espinafre, cenoura, abobrinha, tomate, vagem, salsinha e bacon | Eggs, spinach, carrot, zucchini, tomato, green beans, parsley, and bacon | Huevos, espinaças, zanahoria, calabacín, tomate, judías, salsa y bacon
Valor calórico: porção de 100 g, 193 kcal/ 809 KJ

Fitness *Fitness*

Salada da estação com mignon | Seasonal salad with tenderloin steak | Ensalada de la estación con mignon R\$ 28,00

Salada com ingredientes do dia, acompanhada de mignon | Salad made with seasonal products, and tenderloin steak | Ensalada con ingredientes del día, acompañada de mignon | Valor calórico: porção de 100 g, 193 kcal/ 809 KJ

Salada da estação com pescado branco | Seasonal salad with white fish | Ensalada de la estación con pescado blanco R\$ 25,00

Salada com ingredientes do dia, acompanhada de pescado branco | Salad made with seasonal products, and white fish | Ensalada con ingredientes del día, acompañada de pescado blanco | Valor calórico: porção de 100 g, 173 kcal/ 724 KJ

Salada da estação com supreme de frango | Seasonal salad with chicken supreme | Ensalada de la estación con supreme de pollo R\$ 22,00

Salada com ingredientes do dia, acompanhada de supreme de frango | Salad made with seasonal products, and chicken supreme | Ensalada con ingredientes del día, acompañada de supreme de pollo | Valor calórico: porção de 100 g, 104 kcal/ 433 KJ

Vegano *Vegan | Vegano*

Moqueca de palmito e shitake fresco | Hearts of palm and fresh shiitake mushrooms Moqueca (Brazilian fish stew) | Estofado de palmito y shitake fresco R\$ 36,00

Palmito, cogumelo shitake, cebola, pimentões coloridos, tomate, azeite de dendê, leite de coco, coentro, arroz | Hearts of palm, shiitake mushrooms, onions, colored peppers, tomato, dendê oil, coconut milk, and coriander, garnished with rice | Palmito, setas shitake, cebolla, pimentones coloridos, tomate, aceite de palma, leche de coco, cilantro, arro
Valor calórico: porção de 100 g, 200 kcal/ 839 KJ



Diet - Panna cotta com calda de vinho | Diet - Panna cotta with wine syrup | Diet - Panna cotta con calda de vino _____ R\$ 13,00

Preparada com iogurte natural, creme de leite fresco, leite condensado diet, gelatina, vinho e adoçante culinário | *Made with natural yoghurt, fresh cream, diet condensed milk, jelly, wine, and sweetener* | Preparada con yogur natural, crema de lechefresca, leche condensada diet, gelatina, vino y edulcorante culinario | Valor calórico: porção de 50 g, 119 kcal/ 498 KJ

Vegana - Torta de limão | Vegan - Lemon pie | Vegana - Tarta de limón _____ R\$ 10,00

Massa preparada com farinha de amêndoas, coco ralado, ameixas secas, abacate, castanhas do para, suco de limão, xarope de agave e leite de coco | *Made with almond flour, grated coconut, dried plum, avocado, Brazilian nuts, lemon juice, agave syrup, and coconut milk* | Masa preparada con harina de almendras, coco rallado, ciruelas secas, aguacate, castañas, zumo de limón, jarabe de agave y leche de coco | Valor calórico: porção de 30 g, 112 kcal / 468 KJ

Funcional - Tortinha funcional de pera | Functional - Functional pear pie | Funcional - Tortita funcional de pera _____ R\$ 10,00

Massa preparada com linhaça, ameixas secas, coco, aveia em flocos, açúcar demerara, recheada com pera e geleia de laranja | *Made with linseed, dried plum, coconut, flaked oat, demerara sugar, filled with pear, and orange jam* | Masa preparada con linaza, ciruelas secas, coco, avena en escamas, azúcar demerara, rellena con pera y jalea de naranja | Valor calórico: porção de 30 g, 151 kcal/ 632 KJ

Tradicional - Torta mousse de chocolate | Traditional - Chocolate mousse pie | Tradicional - Tarta mousse de chocolate _____ R\$ 10,00

Massa base preparada com ovos, trigo, açúcar, farinha de amêndoas, cacau em pó 70%, gelatina, chocolate meio amargo, leite condensado, licor de café e creme de leite fresco | *Made with eggs, wheat flour, sugar, almond flour, 70% cocoa powder jelly, dark chocolate, light condensed milk, coffee liqueur, and fresh cream* | Masa base preparada con huevos, trigo, azúcar, harina de almendras, cacao en polvo 70%, gelatina, chocolate medio amargo, leche condensada, licor de café y crema de leche fresca | Valor calórico: porção de 30 g, 68 kcal/ 362 KJ

Taça de frutas da estação | Seasonal fruit cup | Taza de frutas de la estación _____ R\$ 10,00

Montada com fruta disponíveis na casa | *Seasonal fruits* | Montada con frutas disponibles en la casa | Valor calórico: porção de 50 g, 45 kcal/ 189 KJ



Drinks Drinks

Gin tonica	R\$ 10,00
Gin, tônica, suco de limão, casca de pepino Valor calórico: porção de 100 ml - 20 kcal/ 83 KJ	
Mojito	R\$ 12,00
Run, soda limonada, suco de limão, hortelã e açúcar Valor calórico: porção de 200 ml - 72 kcal/ 300 KJ	
Pina Colada	R\$ 14,00
Run, suco de abacaxi, leite de coco e leite condensado Valor calórico: porção de 200 ml - 217 kcal/ 910 KJ	
Dry Martini	R\$ 11,00
Gin, vermuth dry, angostura bitter Valor calórico: porção de 100 ml - 25 kcal/ 103 KJ	
Margarita	R\$ 12,00
Tequila, suco de limão, licor de laranja Valor calórico: porção de 200 ml - 41 kcal/ 172 KJ	
Spritz Aperol	R\$ 16,00
Aperol, espumante, água com gás, fatias de laranja Valor calórico: porção de 200 ml - 122 kcal/510 KJ	
Caipirinha	R\$ 11,00
Cachaça, limão, açúcar, gelo Valor calórico: porção de 285 ml - 260 kcal/ 1089 KJ	
Coquetel sem álcool	R\$ 8,50
Suco de laranja, suco de uva, morango, leite condensado Valor calórico: porção de 200 ml - 208 kcal/ 870 KJ	

Bebidas Res frescantes Refreshing Drinks

Água (com ou sem gás)	R\$ 3,50
Refrigerante	R\$ 3,50
Limonada (taça)	R\$ 7,00
Limonada suíça (jarra)	R\$ 14,00
Soda italiana	R\$ 8,00
Xarope Monim, água com gás e gelo Valor calórico: porção de 100 ml - 30 kcal/ 126 KJ	

Cervejas Beers • Cervezas

Heineken (350 ml)	R\$ 7,00
Patagônia (600 ml)	R\$ 22,00



Cafés Coffees • Cafés

Café espresso _____ R\$ 4,50

Valor calórico: porção de 50 ml - 6 kcal/ 27 KJ

Cappuccino _____ R\$ 6,50

Valor calórico: porção de 200 ml - 75 kcal/ 314 KJ

Café latte _____ R\$ 6,50

Valor calórico: porção de 200 ml - 76 kcal/ 319 KJ

Macchiato _____ R\$ 5,00

Valor calórico: porção de 50 ml - 10 kcal/ 41 KJ

Ristreto _____ R\$ 5,00

Valor calórico: porção de 30 ml - zero kcal/ 16 KJ

A ilustração da capa deste cardápio é uma reprodução da capa desenvolvida por Poty Lazzarotto para o Cardápio do Restaurante-escola Senac, em 1977.