

CARDÁPIO RESTAURANTE ESTUDANTIL

Semana 30/06 a 04/07

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
SALADA	CHICÓRIA COM CEBOLA ROXA SELETA DE LEGUMES	COUVE CRUA COM LARANJA BETERRABA COZIDA	MIX DE FOLHAS ABÓBORA RALADA	ALFACE ROXA COM GERGELIM VINAGRETE	RÚCULA E ALFACE CRESPA REPOLHO ROXO
PRATO PRINCIPAL	FILE DE FRANGO GRELHADO	ISCA DE CARNE À LISBOETA	FILE MIGNON SUÍNO AO MOLHO DE MOSTARDA	SOBRECOXA DE FRANGO ASSADA	CARNE MOÍDA AO SUGO
OPÇÃO VEGETARIANA	QUICHE DE ERVILHA *CONTÉM GLÚTEN	MOQUECA DE BANANA DA TERRA E GRÃO DE BICO	ABOBRINHA COM PROTEÍNA DE SOJA	PANQUECA DE ESPINAFRE COM GRÃO DE BICO *CONTÉM GLÚTEN	QUIBE DE PROTEÍNA DE SOJA *CONTÉM GLÚTEN
GUARNIÇÃO	CREME DE MILHO *CONTÉM LACTOSE	PURÊ DE BATATA *CONTÉM LACTOSE	COUVE REFOGADA	CHUCHU COM ERVAS	CENOURA AO ALHO
SOBREMESA E SUCO	LARANJA SUCO DE GOIABA	MELANCIA SUCO DE TANGERINA	BANANA SUCO DE GOIABA	ARROZ DOCE *CONTÉM LACTOSE SUCO DE LIMÃO	TANGERINA SUCO DE CAJU

CARDÁPIO RESTAURANTE ESTUDANTIL

Semana 07/07 a 11/07

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
SALADA	CHICÓRIA ABÓBORA RALADA	MIX DE FOLHAS CENOURA COZIDA	ALFACE LISA COM ALHO PORÓ TOMATE	ALFACE CRESPA COM RÚCULA BETERRABA RALADA	ALFACE ROXA PEPINO COM MOLHO DE LIMÃO E HORTELÃ
PRATO PRINCIPAL	PICADINHO DE CARNE COM MOLHO VERMELHO	PERNIL SUÍNO AO MOLHO BARBECUE	CARNE MOÍDA AO SUGO	FILÉ DE PEIXE ASSADO COM MOLHO DE TOMATE	ESTROGONOFÉ DE FRANGO *CONTÉM LACTOSE
OPÇÃO VEGETARIANA	PROTEÍNA DE SOJA AO MOLHO DE TOMATE	OMELETE COM LEGUMES NO FORNO	QUIBE DE PROTEÍNA DE SOJA E BERINJELA *CONTÉM GLÚTEN	MOQUECA DE BANANA DA TERRA E GRÃO DE BICO	ESTROGONOFÉ DE LEGUMES COM GRÃO DE BICO
GUARNIÇÃO	FAROFA DE ALHO E CEBOLA	ABOBRINHA COM ALHO E CEBOLINHA	PURÊ DE BATATA *CONTÉM LACTOSE	PIRÃO	BATATA SAUTÉ COM SALSA
SOBREMESA E SUCO	MELANCIA SUCO DE ACEROLA	COCADA CREMOSA *CONTÉM LACTOSE SUCO DE LIMÃO	SALADA DE FRUTAS SUCO DE MANGA	BANANA SUCO DE CAJU	TANGERINA SUCO DE UVA

CARDÁPIO RESTAURANTE ESTUDANTIL

Semana 14/07 a 18/07

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
SALADA	RÚCULA COM CEBOLA ROXA BETERRABA COZIDA	ALFACE ROXA E SALSINHA REPOLHO BICOLOR	ACELGA AO VINAGRETE BATATA COZIDA COM TOMILHO	ALFACE CRESPA PEPINO	ALFACE COM MANGA CENOURA RALADA
PRATO PRINCIPAL	ISCA DE PEIXE À MILANESA	ESTROGONOFÉ DE CARNE *CONTÉM LACTOSE	MIGNON SUÍNO AO MOLHO DE ERVAS	SOBRECORA DE FRANGO ASSADA COM MOLHO DE QUIABO	FRICASSÉ DE FRANGO *CONTÉM LACTOSE *CONTÉM GLÚTEN
OPÇÃO VEGETARIANA	QUICHE DE ERVILHA *CONTÉM GLÚTEN	ALMÔNDEGA DE SOJA AO SUGO *CONTÉM GLÚTEN	TOMATE RECHEADO COM CREME DE ERVILHA	BOLINHO DE FEIJÃO FRADINHO	BOBÓ DE GRÃO DE BICO
GUARNIÇÃO	CHUCHU SAUTÉ	BATATA SAUTÉ COM ALECRIM	QUIBEBE	CREME DE ESPINAFRE *CONTÉM LACTOSE	CHICÓRIA REFOGADA
SOBREMESA E SUCO	MAÇÃ SUCO DE GOIABA	SALADA DE FRUTAS SUCO DE CAJU	DOCE DE BANANA SUCO DE UVA	LARANJA SUCO DE MANGA	MELÃO SUCO DE LIMÃO

CARDÁPIO RESTAURANTE ESTUDANTIL

Semana 21/07 a 25/07

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
SALADA	ACELGA TOMATE COM PEPINO E TOMILHO	MIX DE FOLHAS CARPACCIO DE ABOBRINHA COM MOLHO AGRIDOCE	RÚCULA COM ALFACE LISA ABÓBORA RALADA	ALFACE ROXA BATATA DOCE COM ORÉGANO	ALFACE CRESPA COM TOMATE CHUCHU COZIDO
PRATO PRINCIPAL	ISCA DE PEIXE	CARNE MOÍDA AO SUGO	FILÉ FRANGO ACEBOLADO	ISCA SUÍNA AO MOLHO DE LARANJA	FRANGO XADREZ
OPÇÃO VEGETARIANA	LASANHA DE BERINJELA COM FEIJÃO BRANCO *CONTÉM GLÚTEN	HAMBÚRGUER DE GRÃO DE BICO	BATATA COM PROTEÍNA DE SOJA	CAÇAROLA DE FEIJÃO BRANCO	ABOBRINHA RECHEADA COM LENTILHA
GUARNIÇÃO	PURÊ DE INHAME *CONTÉM LACTOSE	MACARRÃO PARAFUSO AO ALHO E ÓLEO *CONTÉM GLÚTEN	CHUCHU GRATINADO *CONTÉM LACTOSE	RATATOUILLE	BATATA DOCE COZIDA COM SALSA
SOBREMESA E SUCO	TANGERINA SUCO DE MARACUJÁ	MELANCIA SUCO DE ACEROLA	MAÇÃ SUCO DE CAJU	BANANA SUCO DE MANGA	MANJAR *CONTÉM LACTOSE SUCO DE GOIABA

CARDÁPIO RESTAURANTE ESTUDANTIL

Semana 28/07 a 01/08

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
SALADA	RÚCULA E ALFACE CRESPA SELETA DE LEGUMES	COUVE CRUA COM LARANJA BETERRABA COZIDA	MIX DE FOLHAS ABÓBORA RALADA	CHICÓRIA COM CEBOLA ROXA REPOLHO ROXO	ALFACE ROXA COM GERGELIM VINAGRETE
PRATO PRINCIPAL	ISCA DE FRANGO AO MOLHO DE MOSTARDA	HAMBURGUER *CONTÉM GLÚTEN	SOBRECOXA ASSADA AO MOLHO DE ERVAS	CARNE MOÍDA	LOMBO SUÍNO
OPÇÃO VEGETARIANA	FRICASSÉ DE GRÃO DE BICO	HAMBURGUER DE LENTILHA E AVEIA	PANQUECA DE ESPINAFRE COM GRÃO DE BICO *CONTÉM GLÚTEN	QUIBE DE FORNO COM PROTEÍNA DE SOJA *CONTÉM GLÚTEN	ABOBRINHA COM PROTEÍNA DE SOJA
GUARNIÇÃO	COUVE REFOGADA	CREME DE MILHO *CONTÉM LACTOSE	ABOBRINHA AO POMODORO	ABÓBORA COM SALSAS	FAROFAS DE BANANA
SOBREMESA E SUCO	LARANJA SUCO DE GOIABA	MELANCIA SUCO DE TANGERINA	BANANA SUCO DE GOIABA	ARROZ DOCE *CONTÉM LACTOSE SUCO DE CAJU	MELÃO SUCO DE LIMÃO