

CARDÁPIO RESTAURANTE ESTUDANTIL

Semana 01/09 a 05/09

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
SALADA	ALFACE CRESPA BETERRABA CRUA	ALFACE ROXA E COENTRO CENOURA RALADA	ACELGA AO VINAGRETE PEPINO	CHICÓRIA REPOLHO BICOLOR (VERDE E ROXO)	RÚCULA COM CEBOLA ROXA BATATA COZIDA
PRATO PRINCIPAL	COPA LOMBO COM MOLHO DE FERRUGEM	FILÉ DE FRANGO GRElhADO COM MOLHO DE ERVAS	SOBRECOXA ASSADA AO MOLHO DE LARANJA	FILÉ DE PEIXE ASSADO COM TOMATE, PIMENTÃO E CEBOLA	HAMBÚRGUER BOVINO
OPÇÃO VEGETARIANA	HAMBÚRGUER DE LENTILHA E AVEIA	ALMÔNDEGAS DE SOJA AO SUGO	ABOBRINHA RECHEADA COM LENTILHA	TOMATE RECHEADO COM CREME DE ERVILHA	QUIBE DE PROTEÍNA DE SOJA COM BERINJELA
GUARNIÇÃO	CHUCHU GRATINADO *CONTÉM LACTOSE	TALHARIM AO ALHO E ÓLEO *CONTÉM GLÚTEN	FAROFA DE CEBOLA	PIRÃO	CREME DE ESPINAFRE *CONTÉM LACTOSE
SOBREMESA E SUCO	SALADA DE FRUTAS SUCO DE LIMÃO	MELÃO SUCO DE MANGA	DOCE DE BANANA SUCO DE UVA	LARANJA SUCO DE GOIABA	MAÇÃ SUCO DE CAJU

CARDÁPIO RESTAURANTE ESTUDANTIL

Semana 08/09 a 12/09

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
SALADA	MIX DE FOLHAS CENOURA COZIDA	ACELGA TOMATE COM PEPINO E TOMILHO	RÚCULA COM ALFACE LISA ABÓBORA RALADA	ALFACE ROXA CARPACCIO DE ABOBRINHA COM MOLHO AGRIDOCE	ALFACE CRESPA COM TOMATE BATATA DOCE
PRATO PRINCIPAL	ESTROGONOFÉ DE FRANGO *CONTÉM LACTOSE	ISCA DE PEIXE	CARNE MOÍDA AO SUGO	PERNIL AO MOLHO DE MARACUJÁ	ALMÔNDegas DE CARNE AO SUGO *CONTÉM GLÚTEN
OPÇÃO VEGETARIANA	BOBÓ DE GRÃO DE BICO	OMELETE COM LEGUMES	PROTEÍNA DE SOJA AO POMODORO	BOLINHO ASSADO DE FEIJÃO COM VEGETAIS	HAMBÚRGUER DE GRÃO DE BICO
GUARNIÇÃO	BATATA SAUTÉ COM SALSA	RATATOUILLE	ESPAGUETE AO ALHO E ÓLEO *CONTÉM GLÚTEN	PURÊ DE INHAME *CONTÉM LACTOSE	ABOBRINHA AO ALHO
SOBREMESA E SUCO	TANGERINA/LARANJA 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 15/09 a 19/09

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

CARDÁPIO RESTAURANTE ESTUDANTIL

Semana 22/09 a 26/09

	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	ESTROGONOFE 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	ESTROGONOFE 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