

ISM ALIMENTAÇÃO E SERVIÇOS
RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO - UNILAB
CARDÁPIO SEMANAL - 18 A 23 DE SETEMBRO DE 2017

DESJEJUM	Segunda (18/09)	Terça (19/09)	Quarta (20/09)	Quinta (21/09)	Sexta (22/09)	Sábado (23/09)
Principal	Lombinho Assado Picante	Frango Guisado com Batatas	Feijoada Brasileira	Peixe ao M. de Coco c/ Salsinha**	Vatapá de Frango**	Churrasco Misto
	Carne do Sol ao M. de Queijo**	Midar- Sin (Típico)	Frango Assado ao M. Escuro	Bife Acebolado	Costela Suína ao M. de Barbecue	Creme de Frango **
Vegetariano	Yaksoba Vegan	Tortinha de Brocólis e Cenoura	Moqueca Vegana	Empadão de Couve-Flor e Soja	Panqueca de Legumes	Soja Tropeira
Salada	Batata Inglesa, Cenoura, Chuchu	Macaxeira Gratinada com Queijo **	Refogado de Repolho branco, Acelga e Couve-Manteiga	Berinjela, Batata Inglesa e Ervilha	Maxixe, Quiabo e Abóbora	Chuchu, Cenoura e Ovos Cozidos
	Acelga, Espinafre e Melancia	Acelga, Chicória, Beterraba e Laranja	Alface crespa, Pimentão Colorido e Amendoim	Acelga, Cenoura e Passas	Alface Roxa, Tomate Cereja e Mix de Castanhas	Mix de Folhas (Alface americana, Acelga e Rúcula)
	Alface americana, Cebola, Pimentão e Tomate	Alface americana, Pepino e Ervilha	Acelga, Beterraba e Melão	Alface crespa, Rabanete e Manga	Acelga, Repolho branco, Passas e Laranja	Repolho branco, Tomate e Laranja
Guarnição	Macarrão Parafuso	Purê de Batata*	Farofa	Macarrão Espaguete	Cuscuz	Farofa
Acompanhamentos	Arroz Branco	Baião **	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Pintado
	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral
	Feijão Carioca	Feijão de Corda	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão de Corda	Feijão Carioca
Suco	Cajú	Manga	Acerola	Goiaba	Abacaxi	Goiaba
Sobremesa	Melancia	Melão Espanhol	Laranja	Abacaxi	Maçã	Melão Japônes
	Laranja	Doce	Doce	Banana	Doce	Melancia

JANTAR	Segunda (18/09)	Terça (19/09)	Quarta (20/09)	Quinta (21/09)	Sexta (22/09)	Sábado (23/09)
Principal	Sate (Típico)	Chop Suey Suíno	Isca de Frango à Dorê	Bisteca Suína ao M. Barbecue	Torta de Calabresa**	
	Peixe à Delícia **	Cubos Bovinos com Batatas Coradas	Assado de Panela com Azeitonas e Tomate Seco	Estrogonoff de Carne**	Frango Grelhado com Legumes	
Vegetariano	Escondidinho de Soja	Pimentões Recheados c/ Arroz e Lentilha	Bife de Soja ao M. Rosê	Hamburguer de Grão de Bico e Vagem	Quibe de Soja	
Salada	Refogado de Repolhos (Roxo e Branco) e Cenoura no Azeite de Ervas	Batata Inglesa, Vagem e Espinafre	Abóbora, Macaxeira e Batata Doce ao Leite de Cóco	Beterraba Agridoce com Milho Verde	Chuchu ao M. de Queijo e Salsinha	
	Mix de Folhas (Alface roxa, crespa e Acelga) e Abacaxi	Alface Crespa, Tomate e Passas	Acelga, Cenoura e Ervilha	Repolho Branco, Tomate e Alface Crespa	Acelga, Tomate e Maça	
	Beterraba, Pepino e Alface americana	Repolho branco, Acelga, Cenoura e Melancia	Alface americana, Repolho roxo e Laranja	Alface Americana, Espinafre e Melancia	Chicória, Alface americana, Milho verde e Ervilha	
Guarnição	Farofa	Macarrão Espaguete	Cuscuz	Farofa	Macarrão Parafuso	
Acompanhamentos	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Baião **	Arroz Branco	
	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	
	Feijão de Corda	Feijão Carioca	Feijão de Corda	Feijão de Corda	Feijão Carioca	
Sopa	Creme de Abóbora c/ Carne	Sopa Funcional (Frango c/ Legumes e Gergibre)	Sopa de Carne c/ Legumes	Consumê de Frango	Creme de Mandioquinha c/ Carne do Sol	
Acompanhamento da Sopa	Pão	Pão	Torrada temperada	Pão	Torrada temperada	
Suco	Cajá	Acerola	Abacaxi	Manga	Caju	
Sobremesa	Mamão	Abacaxi	Melancia	Melão Espanhol	Doce	
	Doce	Banana	Maçã	Doce	Laranja	

OBS: O cardápio pode sofrer alterações.

** CONTÉM LEITE /LACTOSE