



CARDÁPIO SEMANAL

RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO



REFEIÇÃO	Pratos	SEGUNDA-FEIRA 09/02	TERÇA - FEIRA 10/02	QUARTA-FEIRA 11/02	QUINTA-FEIRA 12/02	SEXTA-FEIRA 13/02	SÁBADO 14/02
A L M O Ç O	SALADA COZIDA	Cenoura com chuchu	Macaxeira amanteigada	Abóbora Refogada	Vagem Cenoura	Repolho Abobrinha Refogados	Batata inglesa beterraba
	SALADA CRUA	Repolho Tomate Laranja	Alface Abacaxi Rúcula tomate	Acelga Pepino Cebola, pimentão	Alface Tomate Melão, beterraba	Repolho Manga, chicoria Pepino	Alface Pepino, tomate Rabanete
	VEGETARIANO	Croquete de soja com queijo	Bolinho de batata doce frita	Soja ao creme de espinafre	Omelete de legumes	Panqueca de soja	Abobrinha Gratinada
	PRATO PRINCIPAL 1	Assado de panela ao molho de vinho	Isclas de Fígado Aceboladas	Peixada	Catchupa	Suíno ao forno	Frango cozido com legumes
	PRATO PRINCIPAL 2	coxas com sobrecoxa de frango a carioca	Peito de frango ao molho mostarda	Omelete de carne moída	Escondidinho de carne do sol	File de frango ao creme de milho	Carne do sol na manteiga da terra
	GUARNIÇÃO	Macarrão no cheiro verde	Purê de batata	Farofa com cenoura e ameixa	Batata doce cozida	Cuscuz com ovos cozido	Farofa crocante
	Acompanhamento	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca	Arroz branco Arroz integral Feijão corda	Arroz branco Arroz integral Feijão branco	Arroz branco Arroz integral Feijão corda	Arroz branco Arroz integral Feijão branco, baião	Arroz branco Arroz integral Feijão preto
	SOBREMESA	Doce	Laranja	Doce	Melancia	Doce	Mamão
	SUCO	Acerola	Goiaba	Tamarindo	Manga	Acerola	Cajú

J A N T A R	SALADA COZIDA	Abobrinha Chuchu	Batata com Vagem e passas	Beterraba em rodelas com laranja	Macaxeira acebolada	Salada de soja
	SALADA CRUA	Acelga Laranja Pepino	Alface Beterraba Manga, chicoria	Repolho Tomate Rabanete, tangerina	Alface cenoura Abacaxi, pepino	Cebola Tomate Alface
	VEGETARIANO	Torta de Legumes	Soja ao molho de queijo	Abobrinha gratinado	Soja à bolonhesa	Bolinho de Arroz
	PRATO PRINCIPAL 1	Bife acebolado	Linguiça ao forno	Quibe de carne	Cubos de carne cozido	Figado ao molho de tomate
	PRATO PRINCIPAL 2	Panqueca de frango ao molho branco	Coxa com sobrecoxa ao molho de laranja	Isca de frango acebolada	Peixe frito	Delícia de Frango
	GUARNIÇÃO	Farofa no alho e olho	Cuscuz de linguiça calabresa	Batata doce frita	Macarrão espaguete na salsa	Legumes acebolado
	Acompanhamento	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca	Arroz branco Arroz integral Feijão corda	Arroz branco Arroz integral Feijão branco	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca	Arroz branco Arroz integral Feijão corda
	SOBREMESA	Mamão	Doce	Melão	Doce	Laranja
	SUCO	Manga	Acerola	Goiaba	Tamarindo	Caju
"A única certeza que temos diante da vida é a de que tudo está em constante movimento. A segurança que buscamos só pode ser construída dentro de nós. Somos responsáveis pelo caminho que seguimos. Mais do que isso, somos nós que escolhemos e construímos os caminhos por onde desejamos seguir." Jael Coaracy						

NUTRICIONISTA DA EMPRESA

NUTRICIONISTA DA UNILAB

