

**ISM ALIMENTAÇÃO E SERVIÇOS**  
**RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO - UNILAB**  
**CARDÁPIO SEMANAL -**

DESJEJUM	22/01/2018 Segunda	23/01/2018 Terça	24/01/2018 Quarta	25/01/2018 Quinta	26/01/2018 Sexta	27/01/2018 Sabado
Principal	File de Frango c/ Brócolis e Vagem	Frango Caipira	Feijoada Brasileira	Bife Acebolado	Catchupa (Típico)	Torta de Carne Moída **
	Estrogonoff de Carne **	Bife à Francesa**	Frango à Pizzaiollo**	Peixe à Delícia**	Isca de Carne com Pimentões Coloridos	Filé de Frango Acebolada
Vegetariano	Quiche de Espinafre	Empadão de Soja	Lasanha de batatas	Torta de Legumes	Fricassê de Soja	Torta de Ervilha e Espinafre
Salada	Batata inglesa, Vagem e Cenoura	Mandioquinha e Presunto refogado c/ verduras	Couve-Manteiga, Cenoura e Repolho branco	Cenoura, Chuchu e Repolho branco	Brócolis, Batata inglesa e abobrinha	Beterraba, Chuchu e Cenoura Refogada na Manteiga
	Acelga, Cenoura e Passas	Alface americana, Tomate e Maçã	Mix de Folhas (Alface roxa, alface americana e Rúcula)	Alface, Tomate, Manjerição, Cenoura e Amendoim	Alface Roxa, Tomate, Cebola e Gergelim	Acelga, Cenoura e Passas
	Alface crespa, Rabanete e Manga	Cenoura, Pepino e Acelga	Beterraba, Tomate e Pepino	Mix de Folhas (Alface roxa, alface americana e Rúcula) e Abacaxi e Morangos	Alface americana, Alface crespa e Laranja	Beterraba, Pepino e Alface americana
Guarnição	Macarrão Argolinha	Cuscuz	Farofa	Macarrão Espaguete	Cuscuz	Farofa
Acompanhamentos	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Baião	Arroz Branco	Arroz Pintado
	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral
	Feijão Carioca	Feijão de Corda	Feijão de Corda	Feijão Carioca	Feijão Preto	Feijão de Corda
Suco	Cajú	Manga	Acerola	Cajá	Goiaba	Manga
Sobremesa	Maçã	Doce	Laranja	Tagerina	Banana	Mamão
	Melão Espanhol	Banana	Doce	Maçã	Melão espanhol	Doce

JANTAR	22/01/2018 Segunda	23/01/2018 Terça	24/01/2018 Quarta	25/01/2018 Quinta	26/01/2018 Sexta	27/01/2018 Sabado
Principal	Peixe ao M. de Coco**	Bisteca Suína ao M. Agriodoce	Carne do Sol Chapeada c/ Queijo**	Cubos de Frango ao Molho	Frango Assado com M. de Ervas	
	Cubo de Carne c/ Legumes	Isca de carne com legumes	Midar-Sin (Típico)	Assado à Camponesa	Bife de Panela c/ Vegetais	
Vegetariano	Bolinho de Arroz Recheado c/ Soja	Tortinha de Brócolis e Cenoura	Escondidinho de Soja	Hamburguer de Grão de Bico e Cenoura	Quibe de Soja	
Salada	Repolho branco e Roxo, Cenoura e Ervilha fresca	Batata Inglesa, Ervilha e Passas	Chuchu ao M. de Queijo e Salsinha**	Abóbora e Batata Doce	Batata Inglesa, Espinafre Refogada c/ Manjerição	
	Acelga, Tomate, Melancia e Gergelim	Repolho Roxo, Alface americana, Milho Verde e Ervilha	Acelga, Rabanete e Manga	Acelga, Cebola, Espinafre e Melão	Alface americana, Beterraba Milho verde e Ervilha	
	Alface roxa, alface americana e Rúcula	Acelga, Chicória e Tomate	Alface americana, Cebola, Pimentão e Azeitona	Alface crespa, Pimentão, Tomate e Palmito	Chicória, Acelga e Tomate	
Guarnição	Farofa	Farofa	Cuscuz	Purê de Batata**	Macarrão Espaguete	
Acompanhamentos	Arroz Branco	Baião**	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	
	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral com Cenoura	Arroz Integral	Arroz Integral	
	Feijão de Corda	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão de Corda	Feijão Carioca	
Sopa	Canja	Sopa de Carne c/ Ovos	Crema de mandioquinha com carne do sol	Sopa de Feijão c/ Carne	Sopa Funcional (Frango c/ Legumes e Gergibre)	
Acompanhamento da Sopa	Torrada temperada	Torrada temperada	Pão	Pão	Torrada temperada	
Suco	Tamarindo	Acerola	Abacaxi	Manga	Caju	
Sobremesa	Mamão	Maçã	Banana	Melancia	Abacaxi	
	Doce	Melão japonês	Mamão	Laranja	Doce	

OBS: O cardápio pode sofrer alterações.

\*\*Contém Leite/Lactose