ISM ALIMENTAÇÃO E SERVIÇOS
RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO - UNIVASF
CARDÁPIO SEMANAL 4 - 25.03 a 29.03 DE 2019

DESJEJUM	Segunda (25/03)	Terça (26/03)	Quarta (27/03)	Quinta (28/03)	Sexta (29/03)
Bebidas	Café Leite Suco de Acerola	Café Leite Suco de Manga	Café Leite Suco de Cajá	Café Leite Suco de Caju	Café Leite Suco de Goiaba
Pães/ Biscoitos	Pão Francês Biscoito Salgado /Biscoito Doce	Pão Francês Biscoito Salgado /Biscoito Doce	Pão Francês Biscoito Salgado /Biscoito Doce	Pão de Forma Biscoito Salgado /Biscoito Doce	Pão Francês Bolo Formigueiro
Frutas	Banana	Melancia	Melão Japonês	Maçã	Mamão
Tubérculo ou Cuscuz	Batata Doce	Cuscuz	Cuscuz	Cuscuz	Cuscuz
Proteína	Iscas de Frango ao Molho Ovos Cozidos	Molho Hot Dog Queijo/ Presunto	Salsicha ao Molho Ovos Fritos	Torta de Carne Queijo/ Presunto	Iscas Bovinas ao Molho Ovos Mexidos

ALMOÇO	Segunda (25/03)	Terça (26/03)	Quarta (27/03)	Quinta (28/03)	Sexta (29/03)
Salada Crua	Repolho Branco, Acelga, Cenoura e Manga	Alface, Tomate, Cebola	Acelga, Pepino e Melão	Alface, Tomate e Cenoura	Acelga, Cenoura Ralada e Abacaxi
Molho	Mostarda	Agridoce	Limão	Tártaro	Vinagrete
Salada Cozida	Beterraba e Chuchu refogados com Salsinha	Cenoura e Abobrinha com Ervilha	Chuchu, Cenoura e Vagem	Batata Inglesa e Beterraba com Milho verde	Abóbora e Batata Doce
Principal	Escondidinho de Carne	Cubos Bovinos ao Molho Escuro	Coxa e Sobrecoxa ao Forno	Carne do Sol Trinchada	Peixe à Dorê
	Filé de Frango ao Molho	Lasanha de Frango	Strogonoffe de carne	Suíno ao Molho Barbecue	Iscas Bovinas ao Molho
Vegetariano	Moussaka de Soja	Moqueca de Repolho com Grão de Bico	Fricasse Vegano (sem Leite)	Pizza Vegeteriana	Soja Tropical
Guarnição	Macarrão Parafuso	Farofa	Purê Misto *	Cuscuz Temperado	Farofa
Acompanhamentos	Arroz Branco Arroz Integral Feijão Carioca	Arroz Branco Arroz Integral Feijão Preto	Arroz Branco Arroz Integral Feijão Carioca	Arroz Branco Arroz Integral com Cenoura Feijão Corda	Arroz Branco Arroz Integral Feijão Preto
Suco	Suco de Caju	Suco de Goiaba	Suco de Manga	Suco de Acerola	Suco de Maracujá
Sobremesa	Melancia	Gelatina	Mamão	Semifredo de Goiaba	Laranja

JANTAR	Segunda (25/03)	Terça (26/03)	Quarta (27/03)	Quinta (28/03)	Sexta (29/03)
Salada Crua/Cozida	Alface, Acelga, Cenoura e Tomate	Batata, Cenoura e Ervilha	Acelga, Tomate e Manga	Cenoura e Chuchu	Repolho Branco e Roxo com Tomate e Melão
Molho	Maracujá	Tártaro	Limão	Branco	Agridoce
Acompanhamento/ Guarnição	Arroz	Macarrão ao molho Branco	Arroz	Macarrão ao Molho de Tomate	Arroz
Principal	Assado de Panela ao Molho Shoyu	Panqueca de Frango*	Peixe ao Molho de Côco	Coxa e Sobrecoxa	Primavera de Carne
Vegetariano	Salpicão de Soja	Quibe de forno	Lasanha de Berinjela	Almomdegas de soja ao molho	Bolinho de arroz com soja
Tubérculo ou Cuscuz	Cuscuz	Cuscuz	Macaxeira	Cuscuz	Batata Doce
Pães / Torrada	Pão	Torrada	Pão	Torrada	Pão
Sopa	Sopa de Carne	Sopa de Feijão	Sopa de Frango	Sopa de Legumes	Sopa de Batata com Carne
Bebidas	Café com Leite Suco de Acerola	Café com Leite Suco de Caju	Café com Leite Suco de Maracuja	Café com Leite Suco de Manga	Café com Leite Suco de Goiaba

OBS: O cardápio pode sofrer alterações, dependendo da disponibilidade de produtos em estoque.

* Contém LEITE/LACTOSE

FABRICIA ANDRADE
Nutricionista CRN 12887