



Alimentação e Serviços

ISM ALIMENTAÇÃO E SERVIÇOS
RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO - UNIVASF
CARDÁPIO SEMANAL 2 - 07.10 a 11.10 DE 2019



DESJEJUM	Segunda (07/10)	Terça (08/10)	Quarta (09/10)	Quinta (10/10)	Sexta (11/10)
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	Sobrecoxa ao Molho Ovos Fritos	Salsicha ao Molho Queijo/ Presunto	Iscas Bovinas ao Molho Ovos Mexidos

ALMOÇO	Segunda (07/10)	Terça (08/10)	Quarta (09/10)	Quinta (10/10)	Sexta (11/10)
Salada Crua	Repolho Roxo, Acelga, Cenoura e Manga	Alface, Acelga, Tomate, Cebola	Acelga, Pepino e Melão	Alface, Repolho, Tomate e Pepino	Alface, tomate e Manga
Molho	Mostarda	Agridoce	Vinagrete	Tártaro	Limão
Salada Cozida	Beterraba e Chuchu refogados com Salsinha	Cenoura e Abobrinha com Ervilha	Chuchu, Cenoura e Vagem	Batata Inglesa e Beterraba com Milho verde	Acelga refogada com Cenoura e Milho
Principal	Gratinado de Carne	Costela Bovina ao Molho	Peixe ao Forno com Batatas	Carne do Sol Acebolada	Lasanha de Carne
	Filé de Frango Acebolado	Suíno à Carioca	Iscas de Carne ao M. Mostarda	Stroganofe de Frango	Coxa e Sobrecoxa ao Molho
Vegetariano	Torta de soja com Legumes	Moqueca de Legumes	Fricasse Vegano (sem Leite)	Pizza Vegeteriana	Rondele de Legumes
Guarnição	Macarrão	Pirão	Purê Misto	Cuscuz Temperado	Farofa
Acompanhamentos	Arroz Branco Arroz Integral Feijão Carioca	Arroz Branco Arroz Integral Feijão de Corda	Arroz Branco Arroz Integral Feijão Carioca	Arroz Branco Arroz Integral com Cenoura Feijão Preto	Arroz Branco Arroz Integral Feijão Carioca
Suco	Suco de Caju	Suco de Goiaba	Suco de Manga	Suco de Acerola	Suco de Cajá
Sobremesa	Melancia	Gelatina	Mamão	Semifredo de Goiaba	Maçã

JANTAR	Segunda (07/10)	Terça (08/10)	Quarta (09/10)	Quinta (10/10)	Sexta (11/10)
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	Iscas Bovinas	Omelete de Carne de Sol	Assado de Panela ao Molho Shoyu	Coxa e Sobrecoxa ao Forno	Molho Hot Dog
Vegetariano	Salpicão de Soja	Abobrinha Recheada	Gratinado de Legumes	Bolinho de Arroz com Soja	Almomdegas de soja ao molho
Tubérculo ou Cuscuz	Cuscuz	Cuscuz	Macaxeira	Cuscuz	Cuscuz
Pães / Torrada	Pão	Torrada	Pão	Torrada	Pão
Sopa	Sopa de Carne Café com Leite Suco de Goiaba	Sopa de Frango Café com Leite Suco de Caju	Sopa de Feijão Café com Leite Suco de Maracuja	Sopa de Legumes Café com Leite Suco de Manga	Sopa de Batata Café com Leite Suco de Acerola

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

* Contém LEITE/LACTOSE

FABRICIA ANDRADE
Nutricionista CRN 12887