



Alimentação e Serviços

ISM ALIMENTAÇÃO E SERVIÇOS  
RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO - UNIVASF  
CARDÁPIO SEMANAL 1 - 06.01. a 10.01 DE 2019



UNIVERSIDADE FEDERAL DO VALE DO SÃO FRANCISCO

| DESJEJUM                   | Segunda (06/01)                                | Terça (07/01)                                  | Quarta (08/01)                                 | Quinta (09/01)                                  | Sexta (10/01)                                 |
|----------------------------|--|--|--|---|---|
| <b>Bebidas</b>             | Café<br>Leite<br>Suco de Acerola               | Café<br>Leite<br>Suco de Manga                 | Café<br>Leite<br>Suco de Cajá                  | Café<br>Leite<br>Suco de Caju                   | Café<br>Leite<br>Suco de Goiaba               |
| <b>Pães/ Biscoitos</b>     | Pão Francês<br>Biscoito Salgado /Biscoito Doce | Pão Francês<br>Biscoito Salgado /Biscoito Doce | Pão Francês<br>Biscoito Salgado /Biscoito Doce | Pão de Forma<br>Biscoito Salgado /Biscoito Doce | Pão Francês<br>Bolo Formigueiro               |
| <b>Frutas</b>              | Banana   | Melancia                                       | Melão Japonês                                  | Maçã  | Mamão   |
| <b>Tubérculo ou Cuscuz</b> | Batata Doce                                    | Cuscuz   | Cuscuz   | Cuscuz  | Cuscuz  |
| <b>Proteína</b>            | Iscas Bovinas ao Molho<br>Ovos Acebolados      | Molho Hot Dog<br>Queijo/ Presunto              | Sobrecoca ao Molho<br>Ovos Fritos              | Salsicha ao Molho<br>Queijo/ Presunto           | Iscas de Frango com Calabresa<br>Ovos Mexidos |

| ALMOÇO                 | Segunda (06/01)                                  | Terça (07/01)                                     | Quarta (08/01)                                   | Quinta (09/01)   | Sexta (10/01)                                     |
|------------------------|--|---|--|--|---|
| <b>Salada Crua</b>     | Repolho, Acelga, Cenoura e Manga                 | Acelga, Tomate, Cebola                            | Acelga, Pepino e Melão                           | Alface, Repolho, Tomate e Pepino                           | Alface, Acelga, tomate e Manga                    |
| <b>Molho</b>           | Mostarda   | Agridoce  | Vinagrete  | Tártaro  | Limão   |
| <b>Salada Cozida</b>   | Cenoura e Abobrinha com Salsinha                 | Batata Doce com Abóbora                           | Chuchu, Cenoura e Salsinha                       | Batata Inglesa e Beterraba                                 | Repolho refogada com Cenoura                      |
| <b>Principal</b>       | Primavera de Carne                               | Cozido de Carne ao Molho com Legumes              | Torta de Peixe                                   | Empadão de Carne   | Lasanha de Carne                                  |
|                        | Coxa e Sobrecoxa ao Forno                        | Suino à Carioca                                   | Iscas de Carne com Calabresa                     | Frango Xadrez  | File de Frango ao Molho                           |
| <b>Vegetariano</b>     | Torta de soja com Legumes                        | Moqueca de Legumes                                | Croquete de Soja                                 | Soja Espanhola   | Legumes ao Molho Vermelho                         |
| <b>Guarnição</b>       | Macarrão   | Pirão   | Purê Misto                                       | Cuscuz Temperado   | Farofa  |
| <b>Acompanhamentos</b> | Arroz Branco<br>Arroz Integral<br>Feijão Carioca | Arroz Branco<br>Arroz Integral<br>Feijão de Corda | Arroz Branco<br>Arroz Integral<br>Feijão Carioca | Arroz Branco<br>Arroz Integral com Cenoura<br>Feijão Preto | Arroz Branco<br>Arroz Integral<br>Feijão de Corda |
| <b>Suco</b>            | Suco de Caju                                     | Suco de Acerola                                   | Suco de Manga                                    | Suco de Goiaba   | Suco de Cajá                                      |
| <b>Sobremesa</b>       | Melancia   | Gelatina  | Mamão  | Semifredo de Goiaba  | Maçã  |

| JANTAR                           | Segunda (06/01)                  | Terça (07/01)                  | Quarta (08/01)                     | Quinta (09/01)                  | Sexta (10/01)                     |
|----------------------------------|----------------------------------|--------------------------------|------------------------------------|---------------------------------|-----------------------------------|
| <b>Salada Crua/Cozida</b>        | Batata, Cenoura                  | Acelga, Cenoura e Tomate       | Acelga, Tomate e Manga             | Cenoura e Chuchu                | Repolho com Tomate e Melão        |
| <b>Molho</b>                     | Tártaro                          | Maracujá                       | Limão                              | Italiano                        | Agridoce                          |
| <b>Acompanhamento/ Guarnição</b> | Arroz                            | Macarrão ao molho Branco       | Arroz                              | Macarrão ao Molho de Tomate     | Arroz                             |
| <b>Principal</b>                 | Fricassê de Frango               | Omelete de Carne               | Iscas Bovinas                      | Coxa e Sobrecoxa ao Forno       | Molho Hot Dog                     |
| <b>Vegetariano</b>               | Salpicão de Soja                 | Abobrinha Recheada             | Rondele de Legumes                 | Bolinho de Arroz com Soja       | Almomdegas de soja ao molho       |
| <b>Tubérculo ou Cuscuz</b>       | Cuscuz                           | Cuscuz                         | Macaxeira                          | Cuscuz                          | Cuscuz                            |
| <b>Pães / Torrada</b>            | Pão                              | Torrada                        | Pão                                | Torrada                         | Pão                               |
| <b>Sopa</b>                      | Sopa de Carne                    | Sopa de Frango                 | Sopa de Feijão                     | Sopa de Legumes                 | Sopa de Abóbora com Carne Seca    |
| <b>Bebidas</b>                   | Café com Leite<br>Suco de Goiaba | Café com Leite<br>Suco de Caju | Café com Leite<br>Suco de Maracuja | Café com Leite<br>Suco de Manga | Café com Leite<br>Suco de Acerola |

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

\* Contém LEITE/LACTOSE

FABRICIA ANDRADE  
Nutricionista CRN 12887