

CARDÁPIO 28/07/2025 A 01/08/2025 UNIVASF

CAFÉ DA MANHÃ	SEGUNDA 28/07	TERÇA 29/07	QUARTA 30/07	QUINTA 31/07	SEXTA 01/08
FRUTA	Melão	Laranja	Melancia	Banana	Mamão
PRATO PROTEICO	Ovos temperados	Isca de carne ao forno	Filé de frango acebolado	Carne cozida com legumes	Galinha Guisada
PRATO VEGETARIANO	Lentilha temperada com orégano	Hambúrguer de grão de bico * *** ***	Soja à primavera	Ervilha salteadas	Falafel de soja * *** ***
ACOMPANHAMENTO I	Cuscuz amanteigado * ***	Batata doce	Cuscuz temperado	Cuscuz com cheiro verde	Cuscuz com tomate
ACOMPANHAMENTO II	Pão com queijão * *** ***	Bolo formigueiro * *** ***	Pão com queijo * *** ***	Bolo de leite * *** ***	Mingau de aveia com banana * *** ***
BEBIDAS	Café / Leite* ** Suco de manga	Café / Leite* ** Suco de caju	Café / Leite* ** Suco de abacaxi	Café / Leite* ** Suco de acerola	Café / Leite* ** Suco de goiaba
ALMOÇO	SEGUNDA 28/07	TERÇA 29/07	QUARTA 30/07	QUINTA 31/07	SEXTA 01/08
SALADA CRUA	Acelga, pimentão e cenoura	Repolho roxo, tomate e manga	Alface, acelga e beterraba	Acelga, pepino e tomate	Vinagrete
SALADA COZIDA	cenoura e beterraba	Abóbora e batata doce	Mix de repolhos refogados	Batatinha e vagem	Couve e cenoura
MOLHO	tártaro* ***	ervas	manga	agridoce	limão
PRATO PRINCIPAL	Frango assado com batatinha Lasanha de carne* *** ***	Torta Madalena de carne de sol* Cubo de frango ao sugo	Frango assado Cubo de carne com cenoura	Creme de frango* *** *** Paçoca de carne	Feijoada Filé de frango acebolado
VEGETARIANO	Lasanha de abobrinha e soja ao sugo* *** ***	Torta Madalena de soja*	Falafel de grão de bico	Soja refogada com azeitona	Bolinho de macaxeira com lentilha***
GUARNIÇÃO	Farofa de cebola	Macarrão com orégano***	Purê de macaxeira*	Macarrão ao alho e óleo***	Farofa de crocante
ACOMPANHAMENTOS	Arroz com milho	Arroz branco	Arroz com ervilha	Arroz branco	Arroz branco
	Arroz integral	Arroz integral colorido	Arroz integral	Arroz integral c/ brócolis	Arroz integral com açafrão
	Feijão preto	Feijão carioca	Feijão de corda	Feijão carioca	Feijão de corda
SOBREMESA	Melancia	Gelatina**	Banana	Delícia de abacaxi*	Laranja
SUCO	Suco de goiaba	Suco de acerola	Suco de tamarindo	Suco de caju	Suco de manga
JANTAR	SEGUNDA 28/07	TERÇA 29/07	QUARTA 30/07	QUINTA 31/07	SEXTA 01/08
PROTEÍNA	Frango à portuguesa** Cubo de carne acebolada	Cubos suíno ao molho barbecue Cachorro quente	Carne xadrez **** Isca de frango com batatinha	Cubo bovino cozido Lasanha de frango* *** ***	Isca bovina ao molho agridoce Frango assado
VEGETARIANO	Pimentão recheado com ervilha ao sugo	Lentilha ao sugo	Soja à primavera	Bobó de grão de bico	Bolinho de batata com soja***
SALADA	Alface, tomate e acelga	Abobrinha, beterraba e cenoura	Acelga, pepino e cenoura	Batata doce, abóbora e milho	Repolho roxo, couve e tomate
MOLHO P/ SALADA	Laranja	Agridoce	Alho*	Tártaro* **	Manga
ACOMPANHAMENTO I	Canja** /Sopa de legumes***	canjica*	Creme de abóbora	Caldo verde	Mungunzá*
ACOMPANHAMENTO II	Cuscuz amanteigado	Arroz com dueto	Cuscuz com ovos**	Cuscuz temperado	Macarrão ao pesto***
ACOMPANHAMENTO III	Macaxeira	Cará	Batata doce	Macaxeira	Batata doce
PÃO/TORRADA	Torrada	Pão***	Torrada***	Pão***	Torrada***
BEBIDAS	Café/Leite* Suco de tamarindo	Café / Leite* ** Suco de manga	Café / Leite* ** Suco de acerola	Café / Leite* ** Suco de goiaba	Café / Leite* ** Suco de cajá

*Contém lactose ** Contém produtos de origem animal ***Contém glúten **** contém amendoim

O cardápio está sujeito a alterações