



CARDÁPIO RESTAURANTE ESTUDANTIL

 **CEFET/RJ**



LANCHE

CARDÁPIO RESTAURANTE ESTUDANTIL

SEMANA DO DIA 17 A 21/08

LANCHE	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	PÃO DE FORMA COM PRESUNTO *CONTÉM GLÚTEN	PÃO CARECA COM QUEIJO MINAS *CONTÉM GLÚTEN *CONTÉM LACTOSE	PÃO DE MILHO COM OVO MEXIDO *CONTÉM GLÚTEN	PÃO DE LEITE COM PASTA DE FRANGO *CONTÉM LACTOSE *CONTÉM GLÚTEN	BOLO DE CHOCOLATE *CONTÉM LACTOSE *CONTÉM GLÚTEN
	IOGURTE *CONTÉM LACTOSE	SUCO DE MANGA	LEITE COM FRUTA (BANANA E MAMÃO) *CONTÉM LACTOSE	SUCO DE MARACUJÁ	CAFÉ COM LEITE *CONTÉM LACTOSE
	MAMÃO	MELANCIA	BANANA	LARANJA	MELÃO



ALMOÇO

CARDÁPIO RESTAURANTE ESTUDANTIL

SEMANA DO DIA 17 A 21/08

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
SALADA	ALFACE ROXA TOMATE EM RODELAS COM TOMILHO	ACELGA BETERRABA COZIDA	ALFACE LISA PEPINO COM CEBOLA ROXA	ALFACE CRESPA CENOURA COZIDA	SALADA TROPICAL CHUCHU COZIDO
PRATO PRINCIPAL	ESTROGONOFE DE FRANGO *CONTÉM LACTOSE	ISCA DE CARNE COM TOMATE, CEBOLA E PIMENTÃO	FILÉ DE PEIXE ASSADO COM TOMATE, PIMENTÃO E CEBOLA	ALMÔNDegas DE CARNE AO SUGO *CONTÉM GLÚTEN	PERNIL ASSADO FATIADO AO MOLHO DE FERRUGEM
OPÇÃO VEGETARIANA	BOBÓ DE GRÃO DE BICO	ABOBRINHA RECHEADA COM PASTA DE ERVILHA	TOMATE RECHEADO COM CREME DE ERVILHA	HAMBÚRGUER DE GRÃO DE BICO *CONTÉM GLÚTEN	BOLINHO ASSADO DE FEIJÃO COM VEGETAIS
GUARNIÇÃO	BATATA SAUTÉ COM SALSA	CHUCHU GRATINADO *CONTÉM LACTOSE	PIRÃO	ABOBRINHA AO ALHO	PURÊ DE BATATA *CONTÉM LACTOSE
SOBREMESA E SUCO	MELANCIA SUCO DE MARACUJÁ	LARANJA SUCO DE CAJU	MAÇÃ SUCO DE MANGA	MANJAR SUCO DE GOIABA	MELANCIA SUCO DE ACEROLA