

CARDÁPIO RESTAURANTE ESTUDANTIL

Semana 03/11 a 07/11

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
SALADA	RÚCULA COM ALFACE LISA ABÓBORA RALADA	ACELGA TOMATE COM PEPINO E TOMILHO	MIX DE FOLHAS CENOURA COZIDA	ALFACE ROXA CARPACCIO DE ABOBRINHA COM MOLHO AGRIDOCE	ALFACE CRESPA COM TOMATE BATATA DOCE
PRATO PRINCIPAL	CARNE MOÍDA AO SUGO	ISCA DE PEIXE	ESTROGONOFÉ DE FRANGO *CONTÉM LACTOSE	PERNIL AO MOLHO DE MARACUJÁ	ALMÔNDegas DE CARNE AO SUGO *CONTÉM GLÚTEN
OPÇÃO VEGETARIANA	PROTEÍNA DE SOJA AO POMODORO	OMELETE COM LEGUMES	BOBÓ DE GRÃO DE BICO	BOLINHO ASSADO DE FEIJÃO COM VEGETAIS	HAMBÚRGUER DE GRÃO DE BICO
GUARNIÇÃO	ESPAGUETE AO ALHO E ÓLEO *CONTÉM GLÚTEN	RATATOUILLE	BATATA SAUTÉ COM SALSA	PURÊ DE INHAME *CONTÉM LACTOSE	ABOBRINHA AO ALHO
SOBREMESA E SUCO	MAÇÃ SUCO DE CAJU	MELANCIA SUCO DE ACEROLA	TANGERINA/LARANJA SUCO DE MARACUJÁ	BANANA SUCO DE MANGA	MANJAR *CONTÉM LACTOSE SUCO DE GOIABA

CARDÁPIO RESTAURANTE ESTUDANTIL

Semana 10/11 a 14/11

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
SALADA	RÚCULA E ALFACE CRESPA REPOLHO ROXO	COUVE CRUA COM LARANJA BETERRABA COZIDA	MIX DE FOLHAS ABÓBORA RALADA	CHICÓRIA COM CEBOLA ROXA SELETA DE LEGUMES	ALFACE ROXA COM GERGELIM VINAGRETE
PRATO PRINCIPAL	CARNE MOÍDA AO SUGO	ISCA DE CARNE À LISBOETA	FILE MIGNON SUÍNO AO MOLHO DE MOSTARDA	FILE DE FRANGO GRELHADO	SOBRECOXA DE FRANGO ASSADA
OPÇÃO VEGETARIANA	QUIBE DE PROTEÍNA DE SOJA *CONTÉM GLÚTEN	MOQUECA DE BANANA DA TERRA E GRÃO DE BICO	ABOBRINHA COM PROTEÍNA DE SOJA	QUICHE DE ERVILHA *CONTÉM GLÚTEN	PANQUECA DE ESPINAFRE COM GRÃO DE BICO *CONTÉM GLÚTEN
GUARNIÇÃO	CENOURA AO ALHO	PURÊ DE BATATA *CONTÉM LACTOSE	COUVE REFOGADA	CREME DE MILHO *CONTÉM LACTOSE	CHUCHU COM ERVAS
SOBREMESA E SUCO	LARANJA SUCO DE GOIABA	MELANCIA SUCO DE MARACUJÁ	BANANA SUCO DE GOIABA	ARROZ DOCE *CONTÉM LACTOSE SUCO DE CAJU	SALADA DE FRUTAS SUCO DE LIMÃO

CARDÁPIO RESTAURANTE ESTUDANTIL

Semana 17/11 a 21/11

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
SALADA	CHICÓRIA ABÓBORA RALADA	MIX DE FOLHAS CENOURA COZIDA	ALFACE LISA COM ALHO PORÓ TOMATE	FERIADO	FECHADO (Conforme calendário escolar)
PRATO PRINCIPAL	PICADINHO DE CARNE COM MOLHO VERMELHO	PERNIL SUÍNO AO MOLHO BARBECUE	CARNE MOÍDA AO SUGO		
OPÇÃO VEGETARIANA	PROTEÍNA DE SOJA AO MOLHO DE TOMATE	OMELETE COM LEGUMES NO FORNO	QUIBE DE PROTEÍNA DE SOJA E BERINJELA *CONTÉM GLÚTEN		
GUARNIÇÃO	FAROFA DE ALHO E CEBOLA	ABOBRINHA COM ALHO E CEBOLINHA	PURÊ DE BATATA *CONTÉM LACTOSE		
SOBREMESA E SUCO	MELANCIA SUCO DE ACEROLA	COCADA CREMOSA *CONTÉM LACTOSE SUCO DE LIMÃO	SALADA DE FRUTAS SUCO DE MANGA		

CARDÁPIO RESTAURANTE ESTUDANTIL

Semana 24/11 a 28/11

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
SALADA	RÚCULA COM CEBOLA ROXA BETERRABA COZIDA	ALFACE ROXA E SALSINHA REPOLHO BICOLOR	ACELGA AO VINAGRETE BATATA COZIDA COM TOMILHO	ALFACE CRESPA PEPINO	ALFACE COM MANGA CENOURA RALADA
PRATO PRINCIPAL	ISCA DE PEIXE À MILANESA	ESTROGONOFÉ DE CARNE *CONTÉM LACTOSE	MIGNON SUÍNO AO MOLHO DE ERVAS	SOBRECORA DE FRANGO ASSADA COM MOLHO DE QUIABO	FRICASSÉ DE FRANGO *CONTÉM LACTOSE *CONTÉM GLÚTEN
OPÇÃO VEGETARIANA	QUICHE DE ERVILHA *CONTÉM GLÚTEN	ALMÔNDEGA DE SOJA AO SUGO *CONTÉM GLÚTEN	TOMATE RECHEADO COM CREME DE ERVILHA	BOLINHO DE FEIJÃO FRADINHO	BOBÓ DE GRÃO DE BICO
GUARNIÇÃO	CHUCHU SAUTÉ	BATATA RÚSTICA COM ALECRIM	FAROFA CROCANTE	CREME DE ESPINAFRE *CONTÉM LACTOSE	CHICÓRIA REFOGADA
SOBREMESA E SUCO	MAÇÃ SUCO DE GOIABA	LARANJA SUCO DE CAJU	DOCE DE BANANA SUCO DE UVA	SALADA DE FRUTAS SUCO DE MANGA	MELÃO SUCO DE LIMÃO