



Alimentação e Serviços

**ISM ALIMENTAÇÃO E SERVIÇOS**  
**RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO - UFC**  
**CARDÁPIO SEMANAL - 05 A 09 DE AGOSTO DE 2019**



Sua Alimentação em boas mãos

ALMOÇO	Segunda (05/08)	Terça (06/08)	Quarta (07/08)	Quinta (08/08)	Sexta (09/08)
<b>Principal</b>	Assado de Panela Creme de Frango*	<b>F E R I A D O</b>	Feijoada Frango Assado	Cozido Bovino à Portuguesa Filé de Frango Acebolado	Bife ao M. Mostarda* Peixe Grelhado
<b>Vegetariano</b>	Cozido Vegetariano		Jardineira de Soja	Estrogonoff de Soja	Berinjela à Parmegiana
<b>Salada</b>	Alface, Cenoura, Beterraba, R. Branco e Melão		Alface, Cenoura, Tomate e Maçã	Alface, Acelga, R. Roxo, Tomate e Maçã	Acelga, Beterraba, Cenoura e Milho
<b>Guarnição</b>	Macarrão Espaguete		Farofa	Pirão/Farofa	Farofa
<b>Acompanhamentos</b>	Arroz Branco Arroz Integral Feijão Carioca		Arroz Branco Arroz Integral Feijão de Corda	Arroz com Ervilha Arroz Integral Feijão de Corda	Arroz Branco Arroz Integral Feijão Carioca
<b>Suco</b>	Cajá		Acerola	Goiaba	Maracujá
<b>Sobremesa</b>	Mamão Doce	Laranja Doce	Maçã Doce	Melancia Doce	

JANTAR	Segunda (05/08)	Terça (06/08)	Quarta (07/08)	Quinta (08/08)	Sexta (09/08)
<b>Principal</b>	Estrogonoff de Carne* Cubos de Frango Crocante	<b>F E R I A D O</b>	Bife Acebolado Frango Xadrez	Isca Chinesa Cubos de Frango c/ Refogado	Panqueca de Carne Fricassê de Frango
<b>Vegetariano</b>	Escondidinho Vegetariano*		Bife de Soja Acebolado	Risoto de Legumes	Almôndegas de Soja
<b>Salada</b>	Acelga, Repolho Branco, Cenoura e Tomate		Repolho Branco, Cenoura e Passas	Acelga, Cenoura, Pepino e Laranja	Acelga, Alface, Repolho Branco, Pepino e Laranja
<b>Guarnição</b>	Cuscuz		Cuscuz	Farofa	Cuscuz
<b>Acompanhamentos</b>	Arroz Branco Arroz Integral Feijão de Corda		Arroz com Cebolinha Arroz Integral Feijão de Corda	Arroz Branco Arroz Integral Feijão Carioca	Arroz Branco Arroz Integral Feijão de Corda
<b>Suco</b>	Goiaba		Manga	Maracujá	Cajá
<b>Sobremesa</b>	Laranja Doce	Maçã Doce	Banana Doce	Melão Japonês Doce	

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

\* Contém LEITE/LACTOSE

**WELLSON OLIVEIRA**  
**Nutricionista CRN 22.896**



Alimentação e Serviços

**ISM ALIMENTAÇÃO E SERVIÇOS**  
**RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO - UFC**  
**CARDÁPIO SEMANAL - 12 A 16 DE AGOSTO DE 2019**



<b>A L M O Ç O</b>	<b>Segunda (12/08)</b>	<b>Terça (13/08)</b>	<b>Quarta (14/08)</b>	<b>Quinta (15/08)</b>	<b>Sexta (16/08)</b>
<b>Principal</b>	Bife ao Molho Frango Assado	Paçoca Filé de Frango ao Molho	Feijoada Cubos de Frango ao Molho	Isca Chinesa Frango Assado	Bife com Vegetais Peixe Grelhado
<b>Vegetariano</b>	Yakissoba Vegetariano	Omelete de Legumes	Estrogonoff Vegetariano*	Soja à Bolonhesa	Fricassê de Soja
<b>Salada</b>	Alface, Beterraba, Pepino e Manga	Alface, Repolho Branco, Tomate e Milho	Acelga, Pepino, Tomate e Melão	Alface, Beterraba, Cenoura e Abacaxi	Acelga, Repolho Roxo, Pepino e Manga
<b>Guarnição</b>	Macarrão Parafuso	Purê Misto	Farofa	Macarrão Espaguete	Cuscuz
<b>Acompanhamentos</b>	Arroz Branco Arroz Integral Feijão Carioca	Baião Arroz Integral Feijão de Corda	Arroz Branco Arroz Integral Feijão Carioca	Arroz Branco Arroz Integral Feijão de Corda	Arroz Branco Arroz Integral Feijão Carioca
<b>Suco</b>	Cajá	Manga	Acerola	Goiaba	Maracujá
<b>Sobremesa</b>	Mamão Doce	Banana Doce	Laranja Doce	Maçã Doce	Melancia Doce

<b>J A N T A R</b>	<b>Segunda (12/08)</b>	<b>Terça (13/08)</b>	<b>Quarta (14/08)</b>	<b>Quinta (15/08)</b>	<b>Sexta (16/08)</b>
<b>Principal</b>	Estrogonoff de Carne* Filé de Frango Grelhado	Cubos Suíno ao Molho Cubos de Frango Grelhado	Bife ao Molho Mostarda* Creme de Frango*	Cubos Bovino Acebolado Canja	Bife de Carne Acebolado Panqueca de Frango
<b>Vegetariano</b>	Panqueca Verde*	Escondidinho de Soja	Bife de Soja ao Molho	Risoto Vegetariano*	Almôndegas de Soja
<b>Salada</b>	Acelga, Cenoura, Tomate e Passas	Alface, Repolho Roxo, Cenoura e Milho	Batata, Cenoura e Ervilha	Macaxeira	Alface, Repolho Branco, Cenoura e Ervilha
<b>Guarnição</b>	Farofa	Macarrão Espaguete	Cuscuz	Farofa	Macarrão Parafuso
<b>Acompanhamentos</b>	Arroz Branco Arroz Integral Feijão de Corda	Arroz Branco Arroz Integral Feijão Carioca	Arroz Branco Arroz Integral Feijão de Corda	Arroz Branco Arroz Integral Feijão Carioca	Arroz Branco Arroz Integral Feijão de Corda
<b>Suco</b>	Goiaba	Acerola	Manga	Maracujá	Cajá
<b>Sobremesa</b>	Laranja Doce	Maçã Doce	Abacaxi Doce	Banana Doce	Melão Japonês Doce

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

\* Contém LEITE/LACTOSE

**WELLSON OLIVEIRA**  
**Nutricionista CRN 22896**



Alimentação e Serviços

**ISM ALIMENTAÇÃO E SERVIÇOS**  
 RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO - UFC  
 CARDÁPIO SEMANAL - 19 A 23 DE AGOSTO DE 2019



A L M O Ç O	Segunda (19/08)	Terça (20/08)	Quarta (21/08)	Quinta (22/08)	Sexta (23/08)
<b>Principal</b>	Bife de Panela Creme de Frango*	Carne Trinchada ao Molho Frango Assado	Feijoada Filé de Frango ao Molho*	Isca Chinesa Frango ao M. Ervas	Cubos Suíno ao Molho Cubos de Frango à Primavera
<b>Vegetariano</b>	Ensopado Vegetariano	Paçoca Vegetariana	Croquete de Soja	Moqueca Vegetariana*	Berinjela a Milanese
<b>Salada</b>	Alface, Acelga, Tomate e Melão	Acelga, Cenoura, Repolho Roxo e Melão	Alface, Repolho Branco, Cenoura e Pepino	Batata, Cenoura, Vagem e Passas	Acelga, Cenoura, Pepino e Laranja
<b>Guarnição</b>	Farofa	Macarrão Parafuso	Farofa	Cuscuz	Farofa
<b>Acompanhamentos</b>	Arroz Branco Arroz Integral Feijão Carioca	Baião Arroz Integral Feijão de Corda	Arroz Branco Arroz Integral Feijão Carioca	Arroz Branco Arroz Integral Feijão de Corda	Arroz Branco Arroz Integral Feijão Carioca
<b>Suco</b>	Goiaba	Manga	Acerola	Goiaba	Maracujá
<b>Sobremesa</b>	Mamão Doce	Banana Doce	Laranja Doce	Maçã Doce	Melancia Doce

J A N T A R	Segunda (19/08)	Terça (20/08)	Quarta (21/08)	Quinta (22/08)	Sexta (23/08)
<b>Principal</b>	Cubos Bovino Acebolado Cubos de Frango ao Molho	Bife ao M. Tomate Peixe Frito	Cozido Bovino à Calabresa Filé de Frango Grelhado	Assado de Panela Filé de Frango com Refogado	Bife Grelhado Panqueca de Frango*
<b>Vegetariano</b>	Almondêgas de Soja	Couve-Flor à Delícia*	Panqueca de Soja*	Abobrinha Recheada	Yakisoba Vegetariano
<b>Salada</b>	Acelga, Repolho Roxo, Cenoura e Tomate	Abóbora com Ervilha	Acelga, Beterraba, Pepino e Manga	Alface, Cenoura, Tomate e Pepino	Chuchu ao Molho Branco*
<b>Guarnição</b>	Cuscuz	Farofa	Pirão/Farofa	Macarrão Espaguete	Cuscuz
<b>Acompanhamentos</b>	Arroz Branco Arroz Integral Feijão de Corda	Arroz Branco Arroz Integral Feijão Carioca	Arroz Branco Arroz Integral Feijão de Corda	Arroz Branco Arroz Integral Feijão Carioca	Arroz Branco Arroz Integral Feijão de Corda
<b>Suco</b>	Manga	Acerola	Maracujá	Manga	Goiaba
<b>Sobremesa</b>	Laranja Doce	Abacaxi Doce	Maçã Doce	Banana Doce	Melão Japonês Doce

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

\* Contém LEITE/LACTOSE

**WELLSON OLIVEIRA**  
 Nutricionista CRN 22896



Alimentação e Serviços

**ISM ALIMENTAÇÃO E SERVIÇOS**  
**RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO - UFC**  
**CARDÁPIO SEMANAL - 26 A 30 DE AGOSTO DE 2019**



ALMOÇO	Segunda (26/08)	Terça (27/08)	Quarta (28/08)	Quinta (29/08)	Sexta (30/08)
<b>Principal</b>	Assado de Panela Cubos de Frango ao M. de Maçã	Paçoca de Carne Filé de Frango Dourado	Feijoada Frango Assado	Cozido Bovino Filé de Frango ao Molho de Calabresa	Bife na Manteiga Cubos Suíno ao Molho
<b>Vegetariano</b>	Fricassê de Soja	Torta de Vegetais*	Omelete de Legumes*	Jardineira de Soja	Yakissoba Vegetariano
<b>Salada</b>	Acelga, Beterraba, Tomate e Abacaxi	Alface, Cenoura, Tomate e Maçã	Acelga, Cenoura, Tomate e Passas	Alface, Repolho Roxo, Cenoura e Melão	Acelga, Beterraba, Cenoura e Tomate
<b>Guarnição</b>	Cuscuz	Purê	Farofa	Macarrão Espaguete	Cuscuz
<b>Acompanhamentos</b>	Arroz Branco Arroz Integral Feijão Carioca	Baião Arroz Integral Feijão de Corda	Arroz Branco Arroz Integral Feijão de Corda	Arroz Branco Arroz Integral Feijão Carioca	Arroz Branco Arroz Integral Feijão de Corda
<b>Suco</b>	Manga	Banana	Acerola	Goiaba	Maracujá
<b>Sobremesa</b>	Mamão Doce	Banana Doce	Laranja Doce	Maçã Doce	Melancia Doce

JANTAR	Segunda (26/08)	Terça (27/08)	Quarta (28/08)	Quinta (29/08)	Sexta (30/08)
<b>Principal</b>	Carne Trinchada Filé de Frango Grelhado	Cubos Suíno na Chapa Frango Crocante	Bife ao Molho Frango Xadrez	Picadinho de Carne Canja	Panqueca de Carne Filé de Frango Acebolado
<b>Vegetariano</b>	Almôndegas de Soja	Bife de Soja ao M. Tomate	Lasanha de Brócolis*	Escondinho de Soja*	Jardineira de Soja
<b>Salada</b>	Alface, Cenoura, Pepino e Milho	Acelga, Repolho Branco, Beterraba e Cenoura	Beterraba Tropical	Acelga, Beterraba, Pepino e Ervilha	Alface, Cenoura, Tomate e Manga
<b>Guarnição</b>	Macarrão Espaguete	Macarrão Parafuso	Cuscuz	Macarrão Parafuso	Farofa
<b>Acompanhamentos</b>	Arroz Branco Arroz Integral Feijão de Corda	Arroz com Cenoura Arroz Integral Feijão Carioca	Arroz Branco Arroz Integral Feijão Carioca	Arroz Branco Arroz Integral Feijão de Corda	Arroz Branco Arroz Integral Feijão Carioca
<b>Suco</b>	Acerola	Maçã	Manga	Maracujá	Cajá
<b>Sobremesa</b>	Laranja Doce	Maçã Doce	Maçã Doce	Tangerina Doce	Melão Japonês Doce

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

\* Contém LEITE/LACTOSE

**WELLSON OLIVEIRA**  
**Nutricionista CRN 22896**