



Alimentação e Serviços

ISM ALIMENTAÇÃO E SERVIÇOS
RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO - UFC
CARDÁPIO SEMANAL - 02 A 06 DE DEZEMBRO DE 2019



| A L M O Ç O | Segunda (02/12) | Terça (03/12) | Quarta (04/12) | Quinta (05/12) | Sexta (06/12) |
|------------------------|---|--|---|--|---|
| Principal | 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 |
| Vegetariano | Ensopado Vegetariano | Paçoca Vegetariana | Croquete de Soja | Moqueca Vegetariana* /grão | Berinjela a Milanese |
| Salada | Alface, Acelga, Tomate e Melão | Acelga, Cenoura, Repolho Roxo e Melão | Alface, Repolho Branco, Cenoura e Pepino | Acelga, R. Roxo, Tomate e Manga | Acelga, Cenoura, Pepino e Laranja |
| Guarnição | Farofa | Macarrão Parafuso | Farofa | Cuscuz | Farofa |
| Acompanhamentos | Arroz Branco Arroz Integral Feijão de Corda | 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 |
| Suco | Goiaba | Manga | Acerola | Goiaba | Maracujá |
| Sobremesa | Mamão Doce | Banana Doce | Laranja Doce | Maçã Doce | Melancia Doce |

| J A N T A R | Segunda (02/12) | Terça (03/12) | Quarta (04/12) | Quinta (05/12) | Sexta (06/12) |
|------------------------|--|--|--|---|--|
| Principal | 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* |
| Vegetariano | Almondêgas de Soja | Couve-Flor à Delícia* | Panqueca de Soja* / ver | Abobrinha Recheada | Yakisoba Vegetariano / ervil |
| Salada | Acelga, Repolho Roxo, Cenoura e Tomate | Alface, Acelga, Tomate e Pepino | Acelga, Beterraba, Pepino e Manga | Alface, Cenoura, Tomate e Pepino | Chuchu ao Molho Branco* |
| Guarnição | Cuscuz | Farofa | Pirão/Farofa | Macarrão Espaguete | Cuscuz |
| Acompanhamentos | 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 de Corda | Arroz Branco Arroz Integral Feijão Carioca |
| Suco | Manga | Acerola | Maracujá | Manga | Goiaba |
| Sobremesa | 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 - 09 A 13 DE DEZEMBRO DE 2019



| ALMOÇO | Segunda (09/12) | Terça (10/12) | Quarta (11/12) | Quinta (12/12) | Sexta (13/12) |
|------------------------|---|--|---|---|---|
| Principal | 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 File de Frango ao Molho |
| Vegetariano | Fricassê de Grão de Bico | Torta de Vegetais* | Omelete de Legumes* | Jardineira de Lentilha | Yakissoba Vegetariano Ervil |
| Salada | Acelga, Beterraba, Tomate e Abacaxi | Alface, R. Branco, Tomate e Maçã | Acelga, R. Roxo, Tomate e Passas | Alface, Acelga, Repolho Branco, e Melão | Acelga, Beterraba, Cenoura e Tomate |
| Guarnição | Cuscuz | Purê | Farofa | Macarrão Espaguete | Cuscuz |
| Acompanhamentos | Arroz Branco Arroz Integral Feijão de Corda | Baião Arroz Integral Feijão de Corda | Arroz Branco Arroz Integral Feijão de Corda | Arroz Branco Arroz Integral Feijão de Carioca | Arroz Branco Arroz Integral Feijão de Corda |
| Suco | Cajá | Maracujá | Acerola | Goiaba | Manga |
| Sobremesa | Mamão Doce | Banana Doce | Laranja Doce | Maçã Doce | Melancia Doce |

| JANTAR | Segunda (09/12) | Terça (10/12) | Quarta (11/12) | Quinta (12/12) | Sexta (13/12) |
|------------------------|---|--|---|---|--|
| Principal | 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 |
| Vegetariano | Almôndegas de Soja | Bife de Lentilha ao M. Tomate | Lasanha de Brócolis c/ Grão B* | Escondinho de Soja* | Jardineira de Ervilha |
| Salada | Alface, Acelga, Cenoura, Pepino e Milho | Acelga, Repolho Branco, Beterraba e Cenoura | Beterraba Tropical | Acelga, R. Branco, Beterraba, Pepino e Ervilha | Alface, Cenoura, R. Roxo e Manga |
| Guarnição | Macarrão Espaguete | Macarrão Parafuso | Cuscuz | Macarrão Parafuso | Farofa |
| Acompanhamentos | Arroz Branco Arroz Integral Feijão de Corda | Arroz com Cenoura Arroz Integral Feijão de Carioca | Arroz Branco Arroz Integral Feijão de Corda | Arroz Branco Arroz Integral Feijão de Corda | Arroz Branco Arroz Integral Feijão Carioca |
| Suco | Manga | Acerola | Goiaba | Maracujá | Cajá |
| Sobremesa | 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