



Alimentação e Serviços

**ISM ALIMENTAÇÃO E SERVIÇOS**  
**RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO - UFC**  
**CARDÁPIO SEMANAL - 29 E 30 DE ABRIL E 01 A 03 DE MAIO DE 2019**



<b>A L M O Ç O</b>	<b>Segunda (29/04)</b>	<b>Terça (30/04)</b>	<b>Quarta (01/05)</b>	<b>Quinta (02/05)</b>	<b>Sexta (03/05)</b>
<b>Principal</b>	Bife ao Molho Frango Assado	Paçoca Filé de Frango ao Molho	<b>F E R I A D O</b>	Isca Chinesa Frango Assado	Bife com Vegetais Peixe Grelhado
<b>Vegetariano</b>	Yakissoba Vegetariano	Omelete de Legumes		Soja à Bolonhesa	Fricassê de Soja
<b>Salada</b>	Alface, Beterraba, Pepino e Manga	Alface, Repolho Branco, Tomate e Milho		Alface, Beterraba, Cenoura e Abacaxi	Acelga, Repolho Roxo, Pepino e Manga
<b>Guarnição</b>	Macarrão Parafuso	Purê Misto		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
<b>Suco</b>	Cajá	Manga		Goiaba	Maracujá
<b>Sobremesa</b>	Mamão Doce	Banana Doce		Maçã Doce	Melancia Doce

<b>J A N T A R</b>	<b>Segunda (29/04)</b>	<b>Terça (30/04)</b>	<b>Quarta (01/05)</b>	<b>Quinta (02/05)</b>	<b>Sexta (03/05)</b>
<b>Principal</b>	Estrogonoff de Carne* Filé de Frango Grelhado	Cubos Suíno ao Molho Cubos de Frango Grelhado	<b>F E R I A D O</b>	Cubos Bovino Acebolado Canja	Bife de Carne Acebolado Panqueca de Frango
<b>Vegetariano</b>	Panqueca Verde*	Escondidinho de Soja		Risoto Vegetariano*	Almôndegas de Soja
<b>Salada</b>	Acelga, Cenoura, Tomate e Passas	Alface, Repolho Roxo, Cenoura e Milho		Macaxeira	Alface, Repolho Branco, Cenoura e Ervilha
<b>Guarnição</b>	Farofa	Macarrão Espaguete		Farofa	Macarrão Parafuso
<b>Acompanhamentos</b>	Arroz Branco Arroz Integral Feijão de Corda	Arroz Branco Arroz Integral Feijão Carioca		Arroz Branco Arroz Integral Feijão Carioca	Arroz Branco Arroz Integral Feijão de Corda
<b>Suco</b>	Goiaba	Acerola		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 - 06 A 10 DE MAIO DE 2019



A L M O Ç O	Segunda (06/05)	Terça (07/05)	Quarta (08/05)	Quinta (09/05)	Sexta (10/05)
<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 (06/05)	Terça (07/05)	Quarta (08/05)	Quinta (09/05)	Sexta (10/05)
<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 22.896



Alimentação e Serviços

**ISM ALIMENTAÇÃO E SERVIÇOS**  
**RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO - UFC**  
**CARDÁPIO SEMANAL - 13 A 17 DE MAIO DE 2019**



ALMOÇO	Segunda (13/05)	Terça (14/05)	Quarta (15/05)	Quinta (16/05)	Sexta (17/05)
<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 (13/05)	Terça (14/05)	Quarta (15/05)	Quinta (16/05)	Sexta (17/05)
<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 22.896**

DESJEJUM	Segunda (20/05)	Terça (21/05)	Quarta (22/05)	Quinta (23/05)	Sexta (24/05)
<b>Principal</b>	Bife ao Molho Cubos de Frango ao Molho	Churrasco Misto Vatapá de Frango	Feijoada Filé de Frango ao Molho*	Goulash de Carne Frango Assado c/ Refogado	Cubos Suino ao Molho Lasanha de Frango
<b>Vegetariano</b>	Berinjela à Pizzaiolo	Almondêgas de Soja	Torta de Ervilha e Espinafre*	Omelete de Legumes*	Refogado Vegetariano
<b>Salada</b>	Alface, Repolho Branco, Tomate e Maçã	Abóbora com Ervilha	Acelga, Cenoura, Tomate e Manga	Batata, Cenoura e Chuchu	Alface, Beterraba, Cenoura e Pepino
<b>Guarnição</b>	Cuscuz	Macarrão Parafuso	Farofa	Farofa	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>	Caju	Manga	Acerola	Goiaba	Maracujá
<b>Sobremesa</b>	Mamão Doce	Banana Doce	Laranja Doce	Maçã Doce	Melancia Doce

JANTAR	Segunda (20/05)	Terça (21/05)	Quarta (22/05)	Quinta (23/05)	Sexta (24/05)
<b>Principal</b>	Cozido Nordestino Frango Assado	Bife na Chapa Peixe na Chapa	Isca Chinesa Estrogonofe de Frango*	Sopa de Carne Creme de Frango*	Almôndegas de Carne Filé de Frango Acebolado
<b>Vegetariano</b>	Panqueca Vegetariana*	Bolinho de Soja Recheado	Abobrinha Recheada	Fricassê de Soja	Yakissoba Vegetariano
<b>Salada</b>	Acelga, Cenoura, Pepino e Maçã	Acelga, Repolho Roxo, Pepino e Milho	Macaxeira Sautê	Alface, Acelga, Beterraba e Cenoura	Batata Doce com Salsinha
<b>Guarnição</b>	Pirão/Farofa	Macarrão Espaguete	Cuscuz	Macarrão Espaguete	Farofa
<b>Acompanhamentos</b>	Arroz Branco Arroz Integral Feijão de Corda	Arroz Branco Arroz Integral Feijão Carioca	Arroz com Milho Arroz Integral Feijão Carioca	Arroz Branco Arroz Integral Feijão de Corda	Arroz Branco Arroz Integral Feijão Carioca
<b>Suco</b>	Goiaba	Acerola	Maracujá	Manga	Caju
<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 22.896



Alimentação e Serviços

**ISM ALIMENTAÇÃO E SERVIÇOS**  
**RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO - UFC**  
**CARDÁPIO SEMANAL - 27 A 31 DE MAIO DE 2019**



Sua Alimentação em boas mãos

<b>A L M O Ç O</b>	<b>Segunda (27/05)</b>	<b>Terça (28/05)</b>	<b>Quarta (29/05)</b>	<b>Quinta (30/05)</b>	<b>Sexta (31/05)</b>
<b>Principal</b>	Assado de Panela Creme de Frango*	Carne Trinchada na Manteiga Filé de Frango ao Molho	Feijoada Frango Assado	Cozido Bovino à Portuguesa Filé de Frango Acebolado	Bife ao M. Mostarda* Peixe Grelhado
<b>Vegetariano</b>	Cozido Vegetariano	Omelete Vegetariano*	Jardineira de Soja	Estrogonoff de Soja	Berinjela à Parmegiana
<b>Salada</b>	Alface, Cenoura, Beterraba e Melão	Acelga, Repolho Roxo, Cenoura e Laranja	Alface, Cenoura, Tomate e Maçã	Cenoura, Beterraba, Abacaxi e Passas	Acelga, Beterraba, Cenoura e Milho
<b>Guarnição</b>	Macarrão Espaguete	Purê Misto	Farofa	Pirão/Farofa	Farofa
<b>Acompanhamentos</b>	Arroz Branco Arroz Integral Feijão Carioca	Baião Arroz Integral Feijão de Corda	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	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 (27/05)</b>	<b>Terça (28/05)</b>	<b>Quarta (29/05)</b>	<b>Quinta (30/05)</b>	<b>Sexta (31/05)</b>
<b>Principal</b>	Estrogonoff de Carne* Cubos de Frango Crocante	Cubos Suíno Acebolado Frango Assado	Bife Acebolado Frango Xadrez	Isca Chinesa Cubos de Frango c/ Refogado	Panqueca de Carne Fricassê de Frango
<b>Vegetariano</b>	Escondidinho Vegetariano*	Moqueca Vegetariana	Bife de Soja Acebolado	Risoto de Legumes	Almôndegas de Soja
<b>Salada</b>	Acelga, Repolho Branco, Cenoura e Tomate	Alface, Repolho Branco, Cenoura e Maçã	Repolho Branco, Cenoura e Passas	Acelga, Cenoura, Pepino e Laranja	Cenoura, Chuchu e Ervilha
<b>Guarnição</b>	Cuscuz	Macarrão Parafuso	Cuscuz	Farofa	Cuscuz
<b>Acompanhamentos</b>	Arroz Branco Arroz Integral Feijão de Corda	Arroz com Cenoura Arroz Integral Feijão Carioca	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	Acerola	Manga	Maracujá	Cajá
<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 22.896**