



Alimentação e Serviços

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



DESJEJUM	Segunda (02/09)	Terça (03/09)	Quarta (04/09)	Quinta (05/09)	Sexta (06/09)
Principal	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
Vegetariano	Berinjela à Pizzaiolo	Almondêgas de Soja	Torta de Ervilha e Espinafre*	Omelete de Legumes*	Refogado Vegetariano
Salada	Alface, Repolho Branco, Tomate e Maçã	Abóbora com Ervilha	Acelga, Cenoura, Tomate e Manga	Batata, Cenoura e Chuchu	Alface, Beterraba, Cenoura e Pepino
Guarnição	Cuscuz	Macarrão Parafuso	Farofa	Farofa	Cuscuz
Acompanhamentos	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
Suco	Caju	Manga	Acerola	Goiaba	Maracujá
Sobremesa	Mamão Doce	Banana Doce	Laranja Doce	Maçã Doce	Melancia Doce

JANTAR	Segunda (02/09)	Terça (03/09)	Quarta (04/09)	Quinta (05/09)	Sexta (06/09)
Principal	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
Vegetariano	Panqueca Vegetariana*	Bolinho de Soja Recheado	Abobrinha Recheada	Fricassê de Soja	Yakissoba Vegetariano
Salada	Acelga, Cenoura, Pepino e Maçã	Acelga, Repolho Roxo, Pepino e Milho	Macaxeira Sautê	Alface, Acelga, Beterraba e Cenoura	Batata Doce com Salsinha
Guarnição	Pirão/Farofa	Macarrão Espaguete	Cuscuz	Macarrão Espaguete	Farofa
Acompanhamentos	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
Suco	Goiaba	Acerola	Maracujá	Manga	Caju
Sobremesa	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

FÁBIO JOBSON
Nutricionista CRN 13276



Alimentação e Serviços

ISM ALIMENTAÇÃO E SERVIÇOS
RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO - UFC
CARDÁPIO SEMANAL - 09 A 13 DE SETEMBRO DE 2019



Sua Alimentação em boas mãos

A L M O Ç O	Segunda (09/09)	Terça (10/09)	Quarta (11/09)	Quinta (12/09)	Sexta (13/09)
Principal	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
Vegetariano	Cozido Vegetariano	Omelete Vegetariano*	Jardineira de Soja	Estrogonoff de Soja	Berinjela à Parmegiana
Salada	Alface, Cenoura, Beterraba, R. Branco e Melão	Acelga, Repolho Roxo, Cenoura e Laranja	Alface, Cenoura, Tomate e Maçã	Alface, Acelga, R. Roxo, Tomate e Maçã	Acelga, Beterraba, Cenoura e Milho
Guarnição	Macarrão Espaguete	Purê Misto	Farofa	Pirão/Farofa	Farofa
Acompanhamentos	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
Suco	Cajá	Manga	Acerola	Goiaba	Maracujá
Sobremesa	Mamão Doce	Banana Doce	Laranja Doce	Maçã Doce	Melancia Doce

J A N T A R	Segunda (09/09)	Terça (10/09)	Quarta (11/09)	Quinta (12/09)	Sexta (13/09)
Principal	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
Vegetariano	Escondidinho Vegetariano*	Moqueca Vegetariana	Bife de Soja Acebolado	Risoto de Legumes	Almôndegas de Soja
Salada	Acelga, Repolho Branco, Cenoura e Tomate	Alface, Repolho Branco, Cenoura e Maçã	Repolho Branco, Cenoura e Passas	Acelga, Cenoura, Pepino e Laranja	Acelga, Alface, Repolho Branco, Pepino e Laranja
Guarnição	Cuscuz	Macarrão Parafuso	Cuscuz	Farofa	Cuscuz
Acompanhamentos	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
Suco	Goiaba	Acerola	Manga	Maracujá	Cajá
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 22.896



Alimentação e Serviços

ISM ALIMENTAÇÃO E SERVIÇOS
RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO - UFC
CARDÁPIO SEMANAL - 16 A 20 DE SETEMBRO DE 2019



A L M O Ç O	Segunda (16/09)	Terça (17/09)	Quarta (18/09)	Quinta (19/09)	Sexta (20/09)
Principal	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
Vegetariano	Yakissoba Vegetariano	Omelete de Legumes	Estrogonoff Vegetariano*	Soja à Bolonhesa	Fricassê de Soja
Salada	Alface, Acelga, Beterraba, Pepino e Manga	Alface, Repolho Branco, Tomate e Milho	Acelga, Pepino, R. Branco e Melão	Alface, Beterraba, R. Roxo e Abacaxi	Acelga, Repolho Roxo, Pepino e Manga
Guarnição	Macarrão Parafuso	Purê Misto	Farofa	Macarrão Espaguete	Cuscuz
Acompanhamentos	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
Suco	Cajá	Manga	Acerola	Goiaba	Maracujá
Sobremesa	Mamão Doce	Banana Doce	Laranja Doce	Maçã Doce	Melancia Doce

J A N T A R	Segunda (16/09)	Terça (17/09)	Quarta (18/09)	Quinta (19/09)	Sexta (20/09)
Principal	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
Vegetariano	Panqueca Verde*	Escondidinho de Soja	Bife de Soja ao Molho	Risoto Vegetariano*	Almôndegas de Soja
Salada	Acelga, Cenoura, Pepino e Passas	Alface, Repolho Roxo, Cenoura e Milho	Alface, Acelga, Repolho Roxo, Cenoura e Milho	Acelga, Alface, R. Branco e Manga	Alface, Repolho Branco, Cenoura e Ervilha
Guarnição	Farofa	Macarrão Espaguete	Cuscuz	Farofa	Macarrão Parafuso
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 Carioca	Arroz Branco Arroz Integral Feijão de Corda
Suco	Goiaba	Acerola	Manga	Maracujá	Cajá
Sobremesa	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 - 23 A 27 DE SETEMBRO DE 2019



ALMOÇO	Segunda (23/09)	Terça (24/09)	Quarta (25/09)	Quinta (26/09)	Sexta (27/09)
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*	Berinjela a Milanese
Salada	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
Guarnição	Farofa	Macarrão Parafuso	Farofa	Cuscuz	Farofa
Acompanhamentos	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
Suco	Goiaba	Manga	Acerola	Goiaba	Maracujá
Sobremesa	Mamão Doce	Banana Doce	Laranja Doce	Maçã Doce	Melancia Doce

JANTAR	Segunda (23/09)	Terça (24/09)	Quarta (25/09)	Quinta (26/09)	Sexta (27/09)
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*	Abobrinha Recheada	Yakisoba Vegetariano
Salada	Acelga, Repolho Roxo, Cenoura e Tomate	Abóbora com Ervilha	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 Carioca	Arroz Branco Arroz Integral Feijão de Corda
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