



Alimentação e Serviços

ISM ALIMENTAÇÃO E SERVIÇOS
RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO - UFC RUSSAS
CARDÁPIO SEMANAL - 01 a 06 DE JUNHO DE 2022



Sua Alimentação em duas mãos

ALMOÇO	Segunda (06/06/2022)	Quarta 01/06/2022	Quinta 02/06/2022	Sexta 03/06/2022
Principal	Cozido Bovino Sobrecoxa c/ Batata Palha	Feijoada Creme de Frango*	Carne de Sol Trinchada* Isca de Frango ao molho	Tirinhas de Carne M. Escuro Sobrecoxa c/ Batata Palha
Vegetariano	Escondidinho de Soja**	Soja a bolonhesa	Vegetais Agri-doce	Yakissoba Vegetariano*
Salada	Batatinha, Cenoura e Óregano	Acelga, Cenoura, Tomate e Manga	Alface, Beterraba e Repolho	Pepino, Cenoura, Tomate e Manga
Guarnição	Farofa Branca	Farofa Branca	Farinha de Milho (cusuz)	Farofa Branca
Acompanhamentos	Arroz branco c/ Cenoura Arroz Integral Feijão Carioca	Arroz Branco Arroz Integral Feijão Carioca	Arroz Branco Arroz Integral Feijão Corda	Arroz Branco c/ Cenoura Arroz Integral Feijão Carioca
Suco	Goiaba	Acerola	Seriguela	Caju
Sobremesa	Banana Doce	Laranja Doce	Mamão Doce	Melão Doce

JANTAR	Segunda (06/06/2022)	Quarta 01/06/2022	Quinta 02/06/2022	Sexta 03/06/2022
Principal	Estronogofe de Carne* Frango Xadrez	Sopa de Carne c/ Feijão Tiras de Frango na chapa	Cozido de panela Isca de Frango c/ Calabresa	Lasanha de Carne* ** Creme de Frango**
Vegetariano	Almôndegas Grão de Bico**	Sopa Vegana c/ Lentilha	Refogado de Soja	Escondidinho de Soja**
Salada	Beterraba, chuchu e Orégano	Acelga, Beterraba, pepino , abacaxi	Repolho Branco, Repolho Roxo, Cenoura	Batata inglesa, Cenoura e Orégano
Guarnição	Farinha de Milho (cusuz)	Macarrão Parafuso **	Farofa Branca	Macarrão Espaguete**
Acompanhamentos	Arroz Branco Arroz Integral Feijão de Corda	Arroz Branco c/ cenoura Arroz Integral Feijão Corda	Arroz Branco Arroz Integral Feijão Carioca	Arroz Branco Arroz Integral Feijão Corda
Suco	Cajá	Abacaxi	Goiaba	Manga
Sobremesa	Laranja Doce	Banana Doce	Abacaxi Doce	Melancia Doce

Obs.: Cardápio pode sofrer alterações, dependendo da disponibilidade de produtos em estoque.

* Contém lactose

** Contém glúten

Tiago de Sousa Valcacer
Nutricionista