



SABOR NA BRASA - ALIMENTAÇÃO E SERVIÇOS

RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO - UFC

CARDÁPIO SEMANAL - 02 A 06 DE OUTUBRO DE 2023

ALMOÇO	Segunda (02/10)	Terça (03/10)	Quarta (04/10)	Quinta (05/10)	Sexta (06/10)
Principal	Paçoca	Bisteca Suína	Feijoada	Bife de panela	Carre suíno ao barbecue
	Isclas de frango acebolado	Creme de frango * **	Coxa e sobrecoxa	Frango ao curry	Frango pizzaiolo
Vegetariano	Hamburguer de soja **	Bolinho de soja com lentilha	Strogonoff de grão de bico * **	Almondega de soja **	Tempurá **
Salada	Repolho, acelga, cenoura e milho	Repolho, beterraba, alface	Couve manteiga, acelga e cenoura	Acelga, cenoura e milho	Cenoura, beterraba, acelga e milho
Guarnição	Macarrão ao alho e óleo **	Farofa	Cuscuz	Pirão	Cuscuz
Acompanhamentos	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Baião de dois	Arroz Branco
	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral
	Feijão Carioca	Feijão Fradinho	Feijão Carioca	Feijão de Corda	Feijão Fradinho
Suco	Cajá	Cajú	Manga	Cajú	Goiaba
Sobremesa	Melão	Melancia	Laranja	Melão	Melancia
	Doce	Doce	Doce	Doce	Doce
JANTAR	Segunda (02/10)	Terça (03/10)	Quarta (04/10)	Quinta (05/10)	Sexta (06/10)
Principal	Suíno acebolado	Bife de panela	Isclas de carne acebolada	Suíno em isclas	Strogonoff de carne * **
	Coxa e sobrecoxa	Sopa de frango	Frango ao molho de tomate	Frango assado	Filé de frango grelhado
Vegetariano	Tomate recheado	Sopa veggio	Paçoca veggio	Vatapá de grão de bico * **	Escondidinho de soja
Salada	Vinagrete	Batata doce, cenoura e beterraba	Alface, pepino e cenoura	Purê de batata inglesa	Repolho, cenoura e pepino
Guarnição	Cuscuz	Macarrão ao sugo **	Purê de abobora	Farofa	Macarrão ao alho e óleo **
Acompanhamentos	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco
	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral
	Feijão Carioca	Feijão Fradinho	Feijão Carioca	Feijão de Corda	Feijão Fradinho
Suco	Acerola	Goiaba	Cajá	Acerola	Manga
Sobremesa	Abacaxi	Banana	Mamão	Maçã	Banana
	Doce	Doce	Doce	Doce	Doce

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

\* Contém LEITE/LACTOSE

\*\* Contém Glúten

ELAINE GOMES  
Nutricionista – CRN11 17064



SABOR NA BRASA - ALIMENTAÇÃO E SERVIÇOS

RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO - UFC

CARDÁPIO SEMANAL - 09 A 13 DE OUTUBRO DE 2023

ALMOÇO	Segunda (09/10)	Terça (10/10)	Quarta (11/10)	Quinta (12/10)	Sexta (13/10)
Principal	Bisteca suína	Cozido de panela	Feijoada	Feriado	Suíno ao molho de laranja
	Strogonoff de frango * **	Frango pizzaiolo	Frango assado	Feriado	Frango xadrez
Vegetariano	Strogonoff de grão de bico * **	Almondega de soja **	Tempurá **	Feriado	Abobrinha recheada
Salada	Acelga, cenoura e beterraba	Vinagrete	Acelga, couve manteiga, cenoura e abacaxi	Feriado	Repolho, cenoura, alface e tomate
Guarnição	Purê de abobora	Pirão	Farofa	Feriado	Cuscuz
Acompanhamentos	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Feriado	Arroz Branco
	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Feriado	Arroz Integral
	Feijão de Corda	Feijão Fradinho	Feijão Carioca	Feriado	Feijão Fradinho
Suco	Acerola	Goiaba	Manga	Feriado	Cajú
Sobremesa	Abacaxi	Melão	Laranja	Feriado	Melão
	Doce	Doce	Doce	Feriado	Doce
JANTAR	Segunda (09/10)	Terça (10/10)	Quarta (11/10)	Quinta (12/10)	Sexta (13/10)
Principal	Iscas de carne	Suíno em iscas	Carne ao molho madeira	Feriado	Bife de panela
	Frango em cubos	Frango ao molho bechamel * **	Filé de frango	Feriado	Panqueca de frango * **
Vegetariano	Hamburguer de soja **	Bolinho d soja e lentilha	Escondidinho veggie	Feriado	Tomate recheado
Salada	Acelga, beterraba e cenoura	Repolho, cenoura e beterraba	Batata inglesa, cenoura e chuchu	Feriado	Beterraba, acelga, cenoura e milho
Guarnição	Macarrão ao alho e óleo **	Cuscuz	Purê de macaxeira	Feriado	Macarrão ao sugo **
Acompanhamentos	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Feriado	Arroz Branco
	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Feriado	Arroz Integral
	Feijão de Corda	Feijão Fradinho	Feijão de Corda	Feriado	Feijão Fradinho
Suco	Cajá	Cajú	Acerola	Feriado	Goiaba
Sobremesa	Melancia	Mamão	Melancia	Feriado	Banana
	Doce	Doce	Doce	Feriado	Doce

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

\* Contém LEITE/LACTOSE

\*\* Contém Glúten

ELAINE BARBALHO  
Nutricionista – CRN11 17064



SABOR NA BRASA - ALIMENTAÇÃO E SERVIÇOS

RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO - UFC

CARDÁPIO SEMANAL - 16 A 20 DE OUTUBRO DE 2023

ALMOÇO	Segunda (16/10)	Terça (17/10)	Quarta (18/10)	Quinta (19/10)	Sexta (20/10)
Principal	Strogonoff de carne * **	Trinchado suíno	Feijoada	Paçoca	Suíno acebolado
	Frango assado	Frango ao curry	Frango com batatas	Coxa e sobrecoxa	Frango ao molho bechamel * **
Vegetariano	Croquete de soja	Vatapá de grão de bico **	Hamburguer de soja **	Paçoca veggie	Almondega de soja **
Salada	Alface, repolho, pepino e tomate	Acelga, beterraba e cenoura	Vinagrete	Repolho, cenoura e tomate	Acelga, cenoura e beterraba
Guarnição	Farofa	Cuscuz	Macarrão ao alho e óleo **	Purê de macaxeira	Cuscuz
Acompanhamentos	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Baião de dois	Arroz Branco
	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral
	Feijão Fradinho	Feijão Carioca	Feijão de Corda	Feijão de Corda	Feijão Carioca
Suco	Cajá	Cajú	Acerola	Cajú	Manga
Sobremesa	Banana	Melancia	Laranja	Banana	Melancia
	Doce	Doce	Doce	Doce	Doce
JANTAR	Segunda (16/10)	Terça (17/10)	Quarta (18/10)	Quinta (19/10)	Sexta (20/10)
Principal	Carrê suíno	Sopa de carne	Churrasco misto	Trinchado suíno	Carne ao molho madeira
	Frango pizzaiolo	Frango acebolado	Fricassê de Frango * **	Filé de frango	Coxa e sobrecoxa
Vegetariano	Tempurá **	Sopa veggie	Tomate recheado	Berinjela recheada	Lasanha de berinjela **
Salada	Repolho, pepino e cenoura	Beterraba, cenoura e milho	Acelga, cenoura e pepino	Purê de batata inglesa	Vinagrete
Guarnição	Macarrão ao sugo **	Purê de abobora	Cuscuz	Macarrão ao sugo **	Farofa
Acompanhamentos	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco
	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral
	Feijão Fradinho	Feijão Carioca	Feijão de Corda	Feijão de Corda	Feijão Carioca
Suco	Goiaba	Manga	Cajá	Goiaba	Acerola
Sobremesa	Abacaxi	Melão	Mamão	Abacaxi	Maçã
	Doce	Doce	Doce	Doce	Doce

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

\* Contém LEITE/LACTOSE

\*\* Contém Glúten

ELAINE BARBALHO  
Nutricionista – CRN11 17064



SABOR NA BRASA - ALIMENTAÇÃO E SERVIÇOS

RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO - UFC

CARDÁPIO SEMANAL - 23 A 27 DE OUTUBRO DE 2023

ALMOÇO	Segunda (23/10)	Terça (24/10)	Quarta (25/10)	Quinta (26/10)	Sexta (27/10)
<b>Principal</b>	Carré suíno ao molho barbecue	Paçoca	Feijoada	Bife ao molho madeira	Trinchado suíno
	Vatapá de frango * **	Coxa e sobrecoxa	Isclas de frango	Frango pizzaiolo	Frango xadrez
<b>Vegetariano</b>	Vatapá de grão de bico * **	Hamburguer de soja **	Tempurá	Crocrete de soja	Paçoca veggie
<b>Salada</b>	Pepino, cenoura e beterraba	Acelga, beterraba e cenoura	Vinagrete	Alface, cenoura e uva passas	Repolho, cenoura e manga
<b>Guarnição</b>	Cuscuz	Macarrão ao alho e óleo	Cuscuz	Macarão ao sugo*	Purê de abobora
<b>Acompanhamentos</b>	Arroz Branco	Arroz branco	Arroz Branco	Baião de dois	Arroz Branco
	Arroz Integral	Arroz integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral
	Feijão de Corda	Feijão Fradinho	Feijão Carioca	Feijão de Corda	Feijão de Fradinho
<b>Suco</b>	Acerola	Goiaba	Manga	Cajá	Cajú
<b>Sobremesa</b>	Melancia	Banana	Laranja	Melancia	Melão
	Doce	Doce	Doce	Doce	Doce
JANTAR	Segunda (23/10)	Terça (24/10)	Quarta (25/10)	Quinta (26/10)	Sexta (27/10)
<b>Principal</b>	Carne em cubos ao molho de tomate	Suíno no molho de abacaxi	Bife de panela	Trinchado suíno	Churrasco misto
	Frango ao curry	Filé de frango grelhado	Coxa e sobrecoxa	Frango pizzaiolo	Frango ao molho bechamel * **
<b>Vegetariano</b>	Bolinho de soja e lentilha	Grão de bico cremoso	Almondega de soja **	Berinjela recheada	Escondidinho veggie
<b>Salada</b>	Batata doce, cenoura e beterraba	Repolho, beterraba, cenoura e milho	Alface, cenoura e pepino	Acelga, cenoura e milho	Acelga, cenoura e pepino
<b>Guarnição</b>	Pirão	Purê abobora	Purê de batata inglesa	Cuscuz	Farofa
<b>Acompanhamentos</b>	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco
	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral
	Feijão de Corda	Feijão Fradinho	Feijão Carioca	Feijão de Corda	Feijão Fradinho
<b>Suco</b>	Cajá	Cajú	Acerola	Goiaba	Manga
<b>Sobremesa</b>	Mamão	Abacaxi	Melão	Banana	Mamão
	Doce	Doce	Doce	Doce	Doce

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

\* Contém LEITE/LACTOSE

\*\* Contém Glúten



SABOR NA BRASA - ALIMENTAÇÃO E SERVIÇOS

RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO - UFC

CARDÁPIO SEMANAL - 30 E 31 DE OUTUBRO DE 2023

ALMOÇO	Segunda (30/10)	Terça (31/10)			
Principal	Lombo suíno recheado	Bife de panela			
	Strogonoff de frango * **	Frango pizzaiolo			
Vegetariano	Lasanha de berinjela *	Bolinho de soja com lentilha			
Salada	Alface, acelga, cenoura e beterraba	Repolho, beterraba, alface			
Guarnição	Farofa	Pirão			
Acompanhamentos	Arroz Branco colorido	Arroz Branco			
	Arroz Integral	Arroz Integral			
	Feijão Carioca	Feijão Fradinho			
Suco	Cajú	Cajú			
Sobremesa	Melancia	Banana			
	Doce	Doce			
JANTAR	Segunda (30/10)	Terça (31/10)			
Principal	Carne ao molho de tomate	Bisteca suína			
	Coxa e sobrecoxa	Isclas de frango			
Vegetariano	Hamburguer de soja	Almondegas de soja			
Salada	Alface, repolho, cenoura e abacaxi	Cenoura e beterraba e milho			
Guarnição	Cuscuz	Purê de abóbora			
Acompanhamentos	Arroz Branco	Arroz Branco			
	Arroz Integral	Arroz Integral			
	Feijão Carioca	Feijão Fradinho			
Suco	Acerola	Goiaba			
Sobremesa	Abacaxi	Melancia			
	Doce	Doce			

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

\* Contém LEITE/LACTOSE

\*\* Contém Glúten

ELAINE GOMES  
Nutricionista – CRN11 17064

