

CARDÁPIO

RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO - UFSC

CARDÁPIO DE 08 a 14 DE SETEMBRO

ALMOÇO

JANTAR

Segunda-feira - 08/09/2014

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Patinho ao molho madeira
Iscas de frango grelhado
Macarrão pizza
Chuchu temperado
Saladas
Suco e água mineral

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Cubos bovino ao molho vermelho
Peixe a milanesa
Espaguete ao alho e óleo
Farofa de bacon
Saladas
Suco e água mineral

Terça-feira - 09/09/2014

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral c/ brócolis
Bife acebolado
Frango xadrez
Purê de batata
Penne ao pesto
Saladas
Suco e água mineral

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Costela ao molho mediterrâneo
Steack de frango
Macarrão a calabresa
Seleta de legumes
Saladas
Suco e água mineral

Quarta-feira - 10/09/2014

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Strogonoff bovino
Bisteca suína grelhada
Quirera com bacon
Batata palha
Saladas
Suco e água mineral

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Frango a francesa
Kibe de forno temperado
Macarrão ao sugo
Polenta frita
Saladas
Suco e água mineral

Quinta-feira - 11/09/2014

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Coxa/sobrecoxa assada
Picadinho hungaro
Macarrão a primavera
Banana a milanesa
Saladas
Suco e água mineral

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Posta ao molho shoyo
Frango crocante
Repolho refogado c/ bacon
Panqueca de frios
Saladas
Suco e água mineral

Sexta-feira - 12/09/2014

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Cubos de frango a primavera
Linguiça assada
Polenta c/ queijo
Brócolis refogado
Saladas
Suco e água mineral

Feijão, Lentilha
Arroz branco c/ cenoura, Arroz integral
Bife a parmegiana
Filé de frango grelhado
Macarrão a carbonara
Creme de milho
Saladas
Suco e água mineral

Sábado - 13/09/2014

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Fricassê de frango
Isca bovina acebolada
Batata assada
Acelga refogada
Saladas
Suco e água mineral

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Lasanha de frango
Fraldão ao molho mediterrâneo
Macarrão ao molho branco
Batata frita
Saladas
Suco e água mineral

Domingo - 14/09/2014

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Pernil suíno assado
Vaca atolada
Macarrão ao alho e óleo
Abacaxi assado c/ canela
Saladas
Suco e água mineral

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Picadinho a gaúcha
Frango a milanesa
Macarrão c/ carne moída
Farofa de legumes
Saladas
Suco e água mineral

Obs.: Cardápio sujeito a alterações devido à disponibilidade dos fornecedores

MARÍLIA QUADROS
Nutricionista Responsável


Marília Quadros
Nutricionista
CRN 2989