

CARDÁPIO

RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO - UFSC

CARDÁPIO DE 15 a 21 DE SETEMBRO

ALMOÇO

JANTAR

Segunda-feira - 15/09/2014

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Cubos bovino ao molho madeira
Iscas de frango grelhado
Espaguete ao alho e óleo
Seleta de legumes
Salada
Suco e água mineral

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Fraldão ao molho vermelho
Bisteca suína grelhada
Batata doce caramelizada
Macarrão a calabresa
Salada
Suco e água mineral

Terça-feira - 16/09/2014

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral c/ brócolis
Frango xadrez
Linguiça assada
Macarrão ao sugo
Bolinho de arroz
Salada
Suco e água mineral

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Picadinho hungaro
Peito de frango grelhado
Polenta frita
Penne ao pesto
Salada
Suco e água mineral

Quarta-feira - 17/09/2014

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Peixe a portuguesa
Patinho ao molho shoyo
Farofa de legumes
Purê de batata
Salada
Suco e água mineral

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Frango ao molho
Bife acebolado
Polenta com queijo
Chuchu temperado
Salada
Suco e água mineral

Marília Qu
Nutricion
CRN 29

Quinta-feira - 18/09/2014

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Vaca atolada
Frango a milanesa
Macarrão a calabresa
Acelga refogada
Salada
Suco e água mineral

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Posta ao molho mediterraneo
Steak de frango
Panqueca de frios
Batata assada
Salada
Suco e água mineral

Sexta-feira - 19/09/2014

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Cubos suíno ao molho mostarda
Iscas bovina acebolada
Quirera com bacon
Couve-manteiga refogada
Salada
Suco e água mineral

Feijão, Lentilha
Arroz branco c/ cenoura, Arroz integral
Lasanha a bolonhesa
Frango crocante
Seleta de legumes
Creme de milho
Salada
Suco e água mineral

Sábado - 20/09/2014

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Bife a parmegiana
Iscas de frango grelhado
Macarrão a primavera
Repolho com bacon
Salada
Suco e água mineral

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Posta ao molho madeira
Coxa/Sobrecoxa assada
Macarrão pizza
Batata frita
Salada
Suco e água mineral

Domingo - 21/09/2014

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Costela assada
Strogonoff de frango
Brócolis ao molho branco
Batata Palha
Salada
Suco e água mineral

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Cubos ao molho escuro
Bisteca suína grelhada
Farofa de carne moída
Cenoura sauté
Salada
Suco e água mineral

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

MARÍLIA QUADROS
Nutricionista Responsável

Marília Quadros
Nutricionista
CRN 2989