

# CARDÁPIO

RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO - UFSC

CARDÁPIO DE 13 a 19 DE OUTUBRO

## ALMOÇO

## JANTAR

*Segunda-feira - 13/10/2014*

|                              |
|------------------------------|
| Feijão, Lentilha             |
| Arroz branco, Arroz integral |
| Cubos ao molho madeira       |
| Filé de frango grelhado      |
| Farofa de ovos e legumes     |
| Macarrão a carbonara         |
| Saladas                      |
| Suco e água mineral          |

|  |
|--|
| Feijão, Lentilha   |
| Arroz branco, Arroz integral                             |
| Iscas de frango ao molho vermelho com pimentões em tiras |
| Bife acebolado   |
| Polenta com queijo                                       |
| Seleta de legumes  |
| Saladas  |
| Suco e água mineral                                      |

*Terça-feira - 14/10/2014*

|   |
|---|
| Feijão, Lentilha                        |
| Arroz branco, Arroz integral c/ cenoura |
| Frango a francesa                       |
| Picadinho húngaro                       |
| Macarrão a primavera                    |
| Chuchu temperado                        |
| Saladas                                 |
| Suco e água mineral                     |

|                              |
|------------------------------|
| Feijão, Lentilha             |
| Arroz branco, Arroz integral |
| Peixe a milanesa             |
| Iscas bovina ao molho shoyo  |
| Repolho refogado             |
| Banana a milanesa            |
| Saladas                      |
| Suco e água mineral          |

*Quarta-feira - 15/10/2014*

|                              |
|------------------------------|
| Feijão, Lentilha             |
| Arroz branco, Arroz integral |
| Fraldão ao molho vermelho    |
| Bisteca suína grelhada       |
| Quirera com bacon            |
| Couve manteiga refogada      |
| Saladas                      |
| Suco e água mineral          |

|                              |
|------------------------------|
| Feijão, Lentilha             |
| Arroz branco, Arroz integral |
| Posta ao molho mediterrâneo  |
| Coxa/sobrecoxa assada        |
| Espaguete ao alho e óleo     |
| Bolinho de arroz             |
| Saladas                      |
| Suco e água mineral          |

  
Marília Quadros  
Nutricionista  
CRN 2989

**Quinta-feira - 16/10/2014**

|                              |
|------------------------------|
| Feijão, Lentilha             |
| Arroz branco, Arroz integral |
| Iscas bovina acebolada       |
| Frango xadrez                |
| Macarrão ao sugo             |
| Beringela a milanesa         |
| Saladas                      |
| Suco e água mineral          |

|                              |
|------------------------------|
| Feijão, Lentilha             |
| Arroz branco, Arroz integral |
| Strogonoff de frango         |
| Kibe de forno                |
| Panqueca de frios            |
| Batata palha                 |
| Saladas                      |
| Suco e água mineral          |

**Sexta-feira - 17/10/2014**

|                              |
|------------------------------|
| Feijão, Lentilha             |
| Arroz branco, Arroz integral |
| Patinho ao molho escuro      |
| Linguiça assada              |
| Purê de batata               |
| Acelga refogada              |
| Saladas                      |
| Suco e água mineral          |

|  |
|--|
| Feijão, Lentilha                         |
| Arroz branco c/ brócolis, Arroz integral |
| Lasanha a bolonhesa                      |
| Frango crocante                          |
| Brócolis refogado                        |
| Creme de milho                           |
| Saladas                                  |
| Suco e água mineral                      |

**Sábado - 18/10/2014**

|                              |
|------------------------------|
| Feijão, Lentilha             |
| Arroz branco, Arroz integral |
| Vaca atolada                 |
| Steack de frango             |
| Macarrão pizza               |
| Seleta de legumes            |
| Saladas                      |
| Suco e água mineral          |

|                              |
|------------------------------|
| Feijão, Lentilha             |
| Arroz branco, Arroz integral |
| Bife a parmegiana            |
| Iscas de frango grelhada     |
| Macarrão ao molho branco     |
| Cenoura sauté                |
| Saladas                      |
| Suco e água mineral          |

**Domingo - 19/10/2014**

|                              |
|------------------------------|
| Feijão, Lentilha             |
| Arroz branco, Arroz integral |
| Costela assada               |
| Fricassê de frango           |
| Farofa tropical              |
| Polenta frita                |
| Saladas                      |
| Suco e água mineral          |

|                              |
|------------------------------|
| Feijão, Lentilha             |
| Arroz branco, Arroz integral |
| Almondegas ao molho          |
| Bisteca suína grelhada       |
| Penne ao pesto               |
| Abobrinha refogada           |
| Saladas                      |
| Suco e água mineral          |

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

  
**Marília Quadros**  
Nutricionista  
CRN 2989