

UFSC

CARDÁPIO

RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO - UFSC

CARDÁPIO DE 22 a 28 DE SETEMBRO

ALMOÇO

JANTAR

Segunda-feira - 22/09/2014

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Patinho ao molho vermelho
Iscas de frango grelhado
Macarrão a primavera
Acelga refogada
Saladas
Suco e água mineral

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Frango xadrez
Hamburguer
Polenta com queijo
Brócolis refogado
Saladas
Suco e água mineral

Terça-feira - 23/09/2014

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral c/ brócolis
Carne moída ao molho (com batata e cenoura)
Frango a francesa
Purê de batata
Banana a milanesa
Saladas
Suco e água mineral

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Posta ao molho mediterraneo
Coxa/Sobrecoxa assada
Macarrão a carbonara
Abobrinha refogada
Saladas
Suco e água mineral

Quarta-feira - 24/09/2014

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Cubos bovino ao molho shoyo
Bisteca suína grelhada
Quirera com bacon
Couve refogada
Saladas
Suco e água mineral

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Bife acebolado
Almodegas ao molho
Macarrão ao sugo
Batata assada
Saladas
Suco e água mineral

Marília Quádras
Nutricionista
CRN 2989

Quinta-feira - 25/09/2014

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Strogonoff de carne
Steak de frango
Macarrão a calabresa
Batata palha
Saladas
Suco e água mineral

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Picadinho hungaro
Peixe a milanesa
Farofa de legumes
Beringela a milanesa
Saladas
Suco e água mineral

Sexta-feira - 26/09/2014

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Vaca atolada
Linguiça assada
Espaguete ao alho e óleo
Repolho com bacon
Saladas
Suco e água mineral

Feijão, Lentilha
Arroz branco c/ cenoura, Arroz integral
Cubos bovino ao molho madeira
Lasanha de frango
Polenta frita
Couve-flor refogada
Saladas
Suco e água mineral

Sábado - 27/09/2014

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Fricassê de frango
Iscas bovina acebolada
Macarrão pizza
Seleta de legumes
Saladas
Suco e água mineral

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Bife a parmegiana
Filé de frango grelhado
Penne ao pesto
Cenoura saute
Saladas
Suco e água mineral

Domingo - 28/09/2014

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Pernil suíno assado
Picadinho a gaúcha
Macarrão ao molho branco
Farofa tropical
Saladas
Suco e água mineral

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Frango crocante
Iscas bovina ao molho shoyo
Panqueca de frios
Chuchu refogado
Saladas
Suco e água mineral

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

MARÍLIA QUADROS
Nutricionista Responsável

Marília
Marília Quadros
Nutricionista
CRN 2080