

CARDÁPIO

RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO - UFSC

CARDÁPIO DE 27 OUTUBRO a 02 DE NOVEMBRO

ALMOÇO

JANTAR

Segunda-feira - 27/10/2014

| |
|------------------------------|
| Feijão, Lentilha |
| Arroz branco, Arroz integral |
| Cubos ao molho madeira |
| Filé de frango grelhado |
| Polenta c/ queijo |
| Brócolis refogado |
| Salada |
| Suco e água mineral |

| |
|------------------------------|
| Feijão, Lentilha |
| Arroz branco, Arroz integral |
| Fraldão ao molho vermelho |
| Steack de frango |
| Batata assada |
| Abobrinha refogada |
| Salada |
| Suco e água mineral |

Terça-feira - 28/10/2014

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

| |
|------------------------------|
| Feijão, Lentilha |
| Arroz branco, Arroz integral |
| Bisteca suína grelhada |
| Iscas bovina ao molho shoyo |
| Quirera c/ bacon |
| Couve-manteiga |
| Salada |
| Suco e água mineral |

Quarta-feira - 29/10/2014

| |
|------------------------------|
| Feijão, Lentilha |
| Arroz branco, Arroz integral |
| Torta madalena |
| Strogonoff de frango |
| Batata palha |
| Acelga refogada |
| Salada |
| Suco e água mineral |

| |
|------------------------------|
| Feijão, Lentilha |
| Arroz branco, Arroz integral |
| Peixe a milanesa |
| Patinho ao molho |
| Farofa de legumes |
| Torta salgada |
| Salada |
| Suco e água mineral |

Quinta-feira - 30/10/2014

| |
|------------------------------|
| Feijão, Lentilha |
| Arroz branco, Arroz integral |
| Picadinho hungaro |
| Omelete |
| Macarrão pizza |
| Seleta de legumes |
| Salada |
| Suco e água mineral |

| |
|------------------------------|
| Feijão, Lentilha |
| Arroz branco, Arroz integral |
| Almondegas ao molho |
| Frango a francesa |
| Purê de batata |
| Polenta frita |
| Salada |
| Suco e água mineral |

Sexta-feira - 31/10/2014

| |
|-------------------------------|
| Feijão, Lentilha |
| Arroz branco, Arroz integral |
| Cubos suíno ao molho mostarda |
| Bife acebolado |
| Repolho refogado |
| Beringela milanese |
| Salada |
| Suco e água mineral |

| |
|--|
| Feijão, Lentilha |
| Arroz branco c/ brócolis, Arroz integral |
| Lasanha a bolonhesa |
| Frango crocante |
| Macarrão primavera |
| Batata doce caramelizada |
| Salada |
| Suco e água mineral |

Sábado - 01/10/2014

| |
|------------------------------|
| Feijão, Lentilha |
| Arroz branco, Arroz integral |
| Vaca atolada |
| Linguiça assada |
| Farofa de ovos e legumes |
| Penne ao Pesto |
| Salada |
| Suco e água mineral |

| |
|------------------------------|
| Feijão, Lentilha |
| Arroz branco, Arroz integral |
| Bife a parmegiana |
| Iscas de frango grelhada |
| Cenoura na manteiga |
| Macarrão pizza |
| Salada |
| Suco e água mineral |

Domingo - 02/10/2014

| |
|------------------------------|
| Feijão, Lentilha |
| Arroz branco, Arroz integral |
| Costela assada |
| Frango xadrez |
| Macarrão carbonara |
| Farofa tropical |
| Salada |
| Suco e água mineral |

| |
|------------------------------|
| Feijão, Lentilha |
| Arroz branco, Arroz integral |
| Patinho ao molho escuro |
| Steack de frango |
| Macarrão ao sugo |
| Chuchu temperado |
| Salada |
| Suco e água mineral |

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


Marília Quadro
Nutricionista
CRN 2989