

UFSC

# CARDÁPIO

RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO - UFSC

CARDÁPIO DE 29 SETEMBRO a 05 DE OUTUBRO

**ALMOÇO**

**JANTAR**

***Segunda-feira - 29/09/2014***

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Cubos bovino ao molho escuro
Peito de frango grelhado
Polenta com queijo
Brócolis refogado
Salada
Suco e água mineral

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Frango xadrez
Hamburguer
Espaguete ao alho e óleo
Cenoura sauté
Salada
Suco e água mineral

***Terça-feira - 30/09/2014***

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral c/ cenoura
Strogonoff de frango
Linguiça assada
Batata palha
Penne ao pesto
Salada
Suco e água mineral

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Patinho ao molho shoyo
Steak de frango
Macarrão à primavera
Bolinho de arroz
Salada
Suco e água mineral

***Quarta-feira - 01/10/2014***

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Peixe ensopado
Bife acebolado
Farofa de legumes
Purê de batata
Salada
Suco e água mineral

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Iscas de frango ao molho com pimentões em tiras
Kibe de forno c/ temperos
Polenta frita
Repolho refogado com abcon
Salada
Suco e água mineral

**Quinta-feira - 02/10/2014**

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Cubos ao molho madeira
Filé de frango a milanesa
Macarrão a carbonara
Abobrinha refogada
Salada
Suco e água mineral

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Vaca atolada
Iscas de frango grelhada
Macarrão a calabresa
Banana a milanesa
Salada
Suco e água mineral

**Sexta-feira - 03/10/2014**

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

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

**Sábado - 04/10/2014**

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Posta ao molho mediterrâneo
Frango a francesa
Macarrão a bolonhesa
Couve-flor refogada
Salada
Suco e água mineral

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Picadinho húngaro
Bisteca grelhada
Torta salgada
Batata frita
Salada
Suco e água mineral

**Domingo - 05/10/2014**

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Costela assada
Filé de frango a parmegiana
Farofa de bacon
Macarrão pizza
Salada
Suco e água mineral

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Coxa/sobrecoxa assada
Almondegas ao molho
Panqueca de frios
Acelga refogada
Salada
Suco e água mineral

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

  
Marília Quadric  
Nutricionista  
CRN 2989