

# CARDÁPIO

RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO - UFSC

CARDÁPIO DE 10 a 16 DE NOVEMBRO

## ALMOÇO

## JANTAR

*Segunda-feira - 10/11/2014*

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral c/ cenoura
Bife acebolado
Iscas de frango ao molho vermelho com pimentões coloridos
Polenta com queijo
Cenoura sauté
Salada
Suco e água mineral

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Filé de frango grelhado
Fraldão ao molho vermelho
Macarrão a primavera
Batata assada
Salada
Suco e água mineral

*Terça-feira - 11/11/2014*

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Cubos bovino ao molho madeira
Bisteca grelhada
Macarrão a carbonara
Bolinho de arroz
Salada
Suco e água mineral

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Iscas bovina ao molho shoyo
Coxa/sobrecoxa assada
Penne ao pesto
Polenta frita
Salada
Suco e água mineral

*Quarta-feira - 12/11/2014*

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Picadinho húngaro
Frango a francesa
Macarrão ao sugo
Seleta de legumes
Salada
Suco e água mineral

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral c/ brócolis
Kibe de forno temperado
Peixe ensopado
Macarrão com queijo
Farofa de legumes com bacon
Salada
Suco e água mineral

*Marilia Quadros*  
Nutricionista  
CRN 2989

*Quinta-feira - 13/11/2014*

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Filé de frango a milanesa
Almondegas ao molho vermelho
Purê de batata
Acelga refogada
Salada
Suco e água mineral

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Frango xadrez
Omelete temperado
Espaguete ao alho e óleo
Brócolis refogado
Salada
Suco e água mineral

*Sexta-feira - 14/11/2014*

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral c/ vagem
Vaca atolada
Linguiça assada
Macarrão ao molho branco
Beringela a milanesa
Salada
Suco e água mineral

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Lasanha a bolonhesa
Cubos suíno ao molho mostarda
Quirera com bacon
Couve manteiga refogada
Salada
Suco e água mineral

*Sábado - 15/11/2014*

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Posta ao molho mediterraneo
Iscas de frango grelhado
Panqueca de frios
Repolho refogado com bacon
Salada
Suco e água mineral

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Filé de frango a parmegiana
Iscas bovina acebolada
Macarrão a primavera
Torta salgada
Salada
Suco e água mineral

*Domingo - 16/11/2014*

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral c/ cenoura
Costela assada
Strogonoff de frango
Farofa tropical
Batata Palha
Salada
Suco e água mineral

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Patinho ao molho vermelho
Hamburguer pizza
Macarrão a calabresa
Batata frita
Salada
Suco e água mineral

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

  
Mafília Quadros  
Nutricionista  
CRN 2989