

CARDÁPIO

RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO - UFSC

CARDÁPIO DE 17 a 23 DE NOVEMBRO

ALMOÇO

JANTAR

Segunda-feira - 17/11/2014

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Cubos bovino ao molho madeira
Bisteca suína grelhada
Quirera com bacon
Brócolis refogado
Salada
Suco e água mineral

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Posta ao molho mediterraneo
Linguiça assada
Batata sauté
Abobrinha a milanesa
Salada
Suco e água mineral

Terça-feira - 18/11/2014

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral c/ cenoura
Bife acebolado
Iscas de frango ao molho com pimentões
Macarrão ao alho e óleo
Banana a milanesa
Salada
Suco e água mineral

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Fraldão ao molho vermelho
Steack de frango
Polenta com queijo
Acelga refogada
Salada
Suco e água mineral

Quarta-feira - 19/11/2014

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Fricassê de frango
Patinho ao molho vermelho
Espaguete ao alho e óleo
Couve-flor refogada
Salada
Suco e água mineral

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Filé de frango grelhado
Almondegas ao molho
Macarrão pizza
Purê de batata
Salada
Suco e água mineral

Quinta-feira - 20/11/2014

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Peixe a milanesa
Strogonoff de carne
Farofa de legumes
Batata palha
Salada
Suco e água mineral

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Frango xadrez
Kibe de forno com temperos
Macarrão a primavera
Polenta frita
Salada
Suco e água mineral

Sexta-feira - 21/11/2014

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Omelete
Picadinho Hungaro
Repolho refogado com bacon
Macarrão ao sugo
Salada
Suco e água mineral

Feijão, Lentilha
Arroz branco c/ brócolis, Arroz integral
Bife a parmegiana
Iscas de frango grelhada
Torta salgada
Cenoura na manteiga
Salada
Suco e água mineral

Sábado - 22/11/2014

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Iscas bovina ao molho shoyo
Coxa/Sobrecoxa assado
Farofa de ovos e legumes
Cenoura na manteiga
Salada
Suco e água mineral

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Lasanha a bolonhesa
Bisteca suína grelhada
Batata frita
Macarrão pizza
Salada
Suco e água mineral

Domingo - 23/11/2014

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Pernil suíno assado
Vaca atolada
Macarrão a carbonara
Seleta de legumes
Salada
Suco e água mineral

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Frango crocante
Cubos bovino ao molho escuro
Macarrão ao molho branco
Batata assada
Salada
Suco e água mineral

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

Marília Quadros - Nutricionista CRN 2989