

CARDÁPIO

RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO - UFSC

CARDÁPIO DE 24 a 30 DE NOVEMBRO

ALMOÇO

JANTAR

Segunda-feira - 24/11/2014

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Cubos suíno ao molho mostarda
Iscas bovina acebolada
Polenta com queijo
Seleta de legumes
Saladas
Suco e água mineral

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Torta madalena
Fricassê de frango
Espaguete ao alho e óleo
Chuchu temperado
Saladas
Suco e água mineral

Terça-feira - 25/11/2014

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral c/ cenoura
Posta ao molho mediterrâneo
Coxa/sobrecoxa assada
Macarrão Pizza
Repolho refogado com bacon
Saladas
Suco e água mineral

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Picadinho húngaro
Linguiça assada
Macarrão ao sugo
Bolinho de arroz
Saladas
Suco e água mineral

Quarta-feira - 26/11/2014

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Cubos bovino ao molho madeira
Peixe a portuguesa
Farofa de calabresa e ovos
Cenoura sauté
Saladas
Suco e água mineral

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Frango xadrez
Kibe de forno com temperos
Polenta frita
Abobrinha refogada
Saladas
Suco e água mineral

Quinta-feira - 27/11/2014

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Picadinho a gaúcha
Omelete com temperos
Purê de batata
Brócolis refogado
Saladas
Suco e água mineral

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Almondegas ao molho
Frango crocante
Penne ao pesto
Panqueca de frios
Saladas
Suco e água mineral

Sexta-feira - 28/11/2014

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Iscas de frango ao molho com pimentões coloridos
Bife acebolado
Macarrão a carbonara
Batata assada
Saladas
Suco e água mineral

Feijão, Lentilha
Arroz branco c/ brócolis, Arroz integral
Lasanha a bolonhesa
Filé de frango grelhada
Seleta de legumes
Batata frita
Saladas
Suco e água mineral

Sábado - 29/11/2014

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Vaca atolada
Bisteca suína grelhada
Quirera com bacon
Couve manteiga refogada
Saladas
Suco e água mineral

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Bife a parmegiana
Iscas de frango grelhada
Macarrão a primavera
Couve-flor ao molho branco
Saladas
Suco e água mineral

Domingo - 30/11/2014

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Costela assada
Strogonoff de frango
Farofa tropical
Batata palha
Saladas
Suco e água mineral

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Frango ao molho
Hamburguer pizza
Torta salgada
Acelga refogada
Saladas
Suco e água mineral

Obs.: Cardápio sujeito a alterações devido a disponibilidade de fornecedores.

Marília Quadros - Nutricionista CRN 2989