

RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO – PROGRAMAÇÃO DO CARDÁPIO SEMANAL

DIA	CARDÁPIO PROGRAMADO
SEGUNDA-FEIRA 16/06/2025	CARNE ALMOÇO: Almôndegas ao molho vermelho ARROZ BRANCO / FEIJÃO COMPLEMENTO ALMOÇO: Ratatouille SALADA 1: Repolho verde SALADA 2: Cenoura ralada SOBREMESA: Banana MOLHO SALADA: Molho de ervas
TERÇA-FEIRA 17/06/2025	CARNE: Iscas de frango com molho de mostarda ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA COMPLEMENTO: Brócolis cozido SALADA 1: Alface SALADA 2: Pepino SOBREMESA: Pokan MOLHO SALADA: Vinagrete
QUARTA-FEIRA 18/06/2025	CARNE: Carne moída (ALMOÇO) / Sassami empanado (JANTAR) ARROZ BRANCO/ LENTILHA COM VEGETAIS (ALMOÇO) / FEIJÃO (JANTAR) COMPLEMENTO ALMOÇO: Couve refogada COMPLEMENTO JANTAR: Polenta SALADA 1: Agrião SALADA 2: Rabanete SOBREMESA: Caqui MOLHO SALADA: Molho de mostarda
QUINTA-FEIRA 19/06/2025	CARNE ALMOÇO: Bisteca suína acebolada ARROZ BRANCO/ FEIJÃO COMPLEMENTO: Abóbora cozida SALADA 1: Acelga SALADA 2: Beterraba ralada SOBREMESA: Maçã MOLHO SALADA: Molho de ervas
SEXTA-FEIRA 20/06/2025	CARNE: Bife à portuguesa ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA COMPLEMENTO: Batata com ervas SALADA 1: Chicória SALADA 2: Cenoura ralada SOBREMESA: Gelatina MOLHO SALADA: Molho de mostarda
SÁBADO 21/06/2025	CARNE: Risoto de frango ARROZ BRANCO / FEIJÃO COMPLEMENTO: Batata palha SALADA 1: Repolho roxo SALADA 2: Beterraba ralada SOBREMESA: Maçã MOLHO SALADA: Vinagrete
DOMINGO 22/06/2025	CARNE: Picadinho de carne ARROZ BRANCO / FEIJÃO COMPLEMENTO: Creme de milho SALADA: Vagem SOBREMESA: Canjica MOLHO SALADA: Molho de mostarda

INGREDIENTES

Segunda-feira 16/06/2025

ARROZ: Arroz parboilizado, óleo de soja, sal.

ARROZ INTEGRAL: Arroz integral, óleo de soja, sal.

FEIJÃO PRETO: Feijão, cebola, sal, óleo de soja, alho em pasta, tempero verde, louro em folha, orégano, cominho.

ALMONDEGAS AO MOLHO VERMELHO: Almôndega bovina (carne bovina, água (14%), proteína de soja, sal refinado, pimenta preta, alho em pó, açúcar, realçador de sabor glutamato monossódico (INS 621), aromatizante sintético idêntico ao natural, antioxidante: eritorbato de sódio (INS 316), realçador de saboninussinato dissódico (INS 631) e guanilato dissódico (INS 627)), tomate, cebola, massa de tomate, óleo de soja, tempero verde, alho em pasta, sal, manjeriço, orégano. Não contém glúten. Contém derivados de soja. Contém aromatizante sintético idêntico ao natural.

RATATOUILLE: Tomate, berinjela, abobrinha verde, cebola, pimentão, óleo de soja, sal, pimenta do reino.

REPOLHO VERDE: Repolho verde

CENOURA RALADA: Cenoura ralada

MOLHO DE ERVAS: Cebola, vinagre, sal, azeite de oliva, orégano, manjeriço, manjerona, sálvia.

BANANA: Banana

Terça-feira 17/06/2025

ARROZ: Arroz parboilizado, óleo de soja, sal.

ARROZ INTEGRAL: Arroz integral, óleo de soja, sal.

FEIJÃO CARIOCA: Feijão carioca, cebola, sal, óleo de soja, alho em pasta, tempero verde, louro em folha, orégano.

ISCAS DE FRANGO AO MOLHO DE MOSTARDA: Carne de frango, cebola, mostarda, sal, óleo de soja, leite, farinha de trigo, noz moscada, pimenta-preta moída, alho em pasta, creme vegetal. Contém lactose e glúten

BRÓCOLIS COZIDO: Brócolis, sal.

ALFACE: Alface

PEPINO: Pepino

VINAGRETE: Tomate, cebola, vinagre, tempero verde, sal.

PONKAN: Ponkan

Quarta-feira 18/06/2025

ARROZ: Arroz parboilizado, óleo de soja, sal.

ARROZ INTEGRAL: Arroz integral, óleo de soja, sal.

LENTILHA COM LEGUMES: Lentilha, batata, cenoura, tomate, cebola, sal, óleo de soja, alho em pasta, tempero verde.

FEIJÃO PRETO: Feijão, cebola, sal, óleo de soja, alho em pasta, tempero verde, louro em folha, orégano, cominho.

CARNE MOÍDA: Carne bovina moída, tomate, cebola, pimentão, extrato de tomate, óleo de soja, sal, alho em pasta, orégano, manjeriço, pimenta do reino.

SASSAMI EMPANADO: Carne de frango, água (16%), farinha de trigo enriquecida com ferro e ácido fólico, gordura vegetal, farinha de milho enriquecida com ferro e ácido fólico transgênico (Agrobacterium tumefaciens, Bacillus subtilis, Bacillus thuringiensis, Diabrotica virgifera, Dicossoma sp, Sphingobium herbicidovorans, Streptomyces viridochromogenes, Thermococcales spp., Zea mays), amido, sal, açúcar, especiarias (cebola, alho, salsa, aipo e pimenta preta), carne de frango desidratada em pó, condimento preparado sabor galinha, estabilizante tripolifosfato de sódio (INS 451i), espessantes goma xantana (INS 415) e goma guar (INS 412), realçador de sabor glutamato monossódico (INS 621), antioxidante isoascorbato de sódio (INS 316), aromatizantes naturais (óleo resina de pimenta preta e óleo de orégano), acidulante ácido cítrico (INS 330), corantes naturais cúrcuma (INS 100) e urucum (INS 160b). Contém glúten.

COUVE REFOGADA: Couve-manteiga, cebola, sal, tempero verde, óleo de soja.

POLENTA SIMPLES: Flocos de milho, sal, tempero verde.

AGRIÃO: Agrião

RABANETE: Rabanete

MOLHO DE MOSTARDA: Azeite de oliva, mostarda, suco de limão, alho em pasta, tempero verde, sal.

CAQUI: Caqui

Quinta-feira 19/06/2025

ARROZ: Arroz parboilizado, óleo de soja, sal.

ARROZ INTEGRAL: Arroz integral, óleo de soja, sal.

FEIJÃO PRETO: Feijão, cebola, sal, óleo de soja, alho em pasta, tempero verde, louro em folha, orégano, cominho.
BISTECA SUÍNA ACEBOLADA: Carne suína, cebola, sal, óleo de soja, alho em pasta, suco de limão, pimenta preta moída.
ABÓBORA COZIDA: Abóbora, tempero verde, sal.
ACELGA: Acelga
BETERRABA RALADA: Beterraba
MOLHO DE ERVAS: Cebola, vinagre, sal, azeite de oliva, orégano, manjerição, manjerona, sálvia.
MAÇÃ: Maçã

Sexta-feira 20/06/2025

ARROZ: Arroz parboilizado, óleo de soja, sal.
ARROZ INTEGRAL: Arroz integral, óleo de soja, sal.
FEIJÃO CARIOCA: Feijão carioca, cebola, sal, óleo de soja, alho em pasta, tempero verde, louro em folha, orégano.
BIFE À PORTUGUESA: Carne bovina, tomate, cebola, óleo de soja, pimentão, azeitonas, sal, alho em pasta, pimenta preta moída, orégano.
BATATA COZIDA COM ERVAS: Batata inglesa, sal, tempero verde, alecrim, manjerição, orégano.
CHICÓRIA: Chicória
CENOURA RALADA: Cenoura ralada
MOLHO DE MOSTARDA: Azeite de oliva, mostarda, suco de limão, alho em pasta, tempero verde, sal.
GELATINA: Água, gelatina

Sábado 21/06/2025

ARROZ INTEGRAL: Arroz integral, óleo de soja, sal.
FEIJÃO PRETO: Feijão, cebola, sal, óleo de soja, alho em pasta, tempero verde, louro em folha, orégano, cominho.
RISOTO DE FRANGO: Carne de frango, arroz parbolizado, tomate, massa de tomate, cebola, ervilha em conserva, milho em conserva, tempero verde, óleo de soja, sal, pimenta preta moída.
BATATA PALHA: Batata palha industrializada (batata inglesa, gordura vegetal, sal).
REPOLHO ROXO: Repolho roxo
BETERRABA RALADA: Beterraba MAMÃO: Mamão
VINAGRETE: Tomate, cebola, vinagre, tempero verde, sal.
MAÇÃ: Maçã

Domingo 22/06/2025

ARROZ: Arroz parboilizado, óleo de soja, sal.
ARROZ INTEGRAL: Arroz integral, óleo de soja, sal.
FEIJÃO PRETO: Feijão, cebola, sal, óleo de soja, alho em pasta, tempero verde, louro em folha, orégano, cominho.
PICADINHO DE CARNE: Carne bovina, tomate, cebola, massa de tomate, sal, óleo de soja, tempero verde, alho em pasta, pimenta preta moída, manjerição, orégano.
CREME DE MILHO: Leite de vaca, milho em conserva, cebola, farinha de trigo, sal, tempero verde. Contém glúten e lactose.
VAGEM COZIDA: Vagem.
MOLHO DE MOSTARDA: Azeite de oliva, mostarda, suco de limão, alho em pasta, tempero verde, sal.