

RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO – PROGRAMAÇÃO DO CARDÁPIO SEMANAL

DIA	CARDÁPIO PROGRAMADO
SEGUNDA-FEIRA 14/07/2025	CARNE ALMOÇO: Iscas de carne ao molho barbecue ARROZ BRANCO / FEIJÃO COM VEGETAIS (ALMOÇO) / FEIJÃO (JANTAR) COMPLEMENTO: Creme de ervilha SALADA 1: Acelga SALADA 2: Cenoura SOBREMESA: Laranja MOLHO SALADA: Vinagrete
TERÇA-FEIRA 15/07/2025	CARNE: Iscas de carne ao molho vermelho (ALMOÇO) / Almôndegas ao m. vermelho (JANTAR) ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA COMPLEMENTO ALMOÇO: Repolho refogado COMPLEMENTO JANTAR: Macarrão ao alho e óleo com ervas SALADA 1: Chicória SALADA 2: Beterraba SOBREMESA: Laranja MOLHO SALADA: Molho de mostarda
QUARTA-FEIRA 16/07/2025	CARNE: Iscas de frango à fantasia com seleta de legumes ARROZ BRANCO/ FEIJÃO COMPLEMENTO: Abobrinha, cebola e pimentão COMPLEMENTO JANTAR: Grão-de-bico com seleta de legumes SALADA 1: Agrião SALADA 2: Cenoura SOBREMESA: Iogurte MOLHO SALADA: Vinagrete
QUINTA-FEIRA 17/07/2025	CARNE: Sassami empanado (ALMOÇO) / Peixe empanado (JANTAR) ARROZ BRANCO / FEIJÃO COMPLEMENTO: Batata inglesa com ervas SALADA 1: Repolho roxo SALADA 2: Pepino SOBREMESA: Gelatina MOLHO SALADA: Molho de mostarda
SEXTA-FEIRA 18/07/2025	CARNE: Almôndegas ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA COMPLEMENTO: Polenta SALADA 1 (ALMOÇO): Couve SALADA 2 (ALMOÇO): Rabanete SOBREMESA: Pé-de-moleque MOLHO SALADA: Molho de ervas
SÁBADO FECHADO	
DOMINGO FECHADO	

INGREDIENTES

Segunda-Feira: 14/07/2025

ARROZ: Arroz parboilizado, sal, óleo de soja

ARROZ INTEGRAL: Arroz integral, sal, óleo de soja

FEIJÃO COM VEGETAIS: Feijão preto, chuchu, abóbora, batata doce, cebola, sal, óleo de soja, tempero verde, alho em pasta, orégano, louro

CARNE ACEBOL M BARBECUE ISCA: Patinho bovino, cebola, molho barbecue, óleo de soja, sal, alho em pasta, pimenta do reino, orégano

CREME DE ERVILHA: Ervilha seca, cebola, sal, tempero verde, óleo de soja, alho em pasta

ACELGA: Acelga

CENOURA RALADA: Cenoura

MOLHO VINAGRETE: Água, tomate, cebola, vinagre, tempero verde, sal

LARANJA: Laranja

Terça-Feira: 15/07/2025

ARROZ: Arroz parboilizado, sal, óleo de soja

ARROZ INTEGRAL: Arroz integral, sal, óleo de soja

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

CARNE MOLHO VERMELHO ISCAS/CUBOS: Patinho bovino, extrato de tomate, tomate, cebola, óleo de soja, sal, tempero verde, alho em pasta, sal, alho empasta, pimenta do reino, orégano, manjericão

ALMÔNDEGA BOVINA AO MOLHO VERMELHO: Almôndega bovina (carne bovina, cebola, água, proteína texturizada de soja granulada, farinha de rosca, sal refinado, alho, salsinha, cebolinha, glutamato monossódico, inosinato, guanilato dissódico e aromatizante). Contém glúten, extrato de tomate, tomate, cebola, tempero verde, alho, orégano, manjericão

REPOLHO REFOGADO: Repolho verde, cebola, óleo de soja, sal, pimenta

MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO COM ERVAS: Macarrão parafuso, óleo de soja, tempero verde, sal, alho em pasta, alecrim, orégano, manjericão

CHICÓRIA: Chicória

BETERRABA RALADA: Beterraba

MOLHO DE MOSTARDA: Mostarda, água, azeite de oliva, limão tahiti, tempero verde, sal, alho em pasta

LARANJA: Laranja

Quarta-Feira: 16/07/2025

ARROZ: Arroz parboilizado, sal, óleo de soja

ARROZ INTEGRAL: Arroz integral, sal, óleo de soja

FEIJÃO PRETO: Feijão preto, cebola, sal, óleo de soja, tempero verde, alho, orégano, louro

FRANGO À FANTASIA COM SELETA LEGUMES: Peito de frango, leite de vaca, seleta de legumes, creme de leite, cebola, farinha de trigo, óleo de soja, sal, alho em pasta, sal, pimenta do reino, noz moscada, contém glúten e lactose

ABOBRINHA, CEBOLA E PIMENTÃO: Abobrinha verde, cebola, pimentão, óleo de soja, sal, orégano, pimenta do reino

GRÃO DE BICO COM SELETA DE LEGUMES: Grão de bico, seleta de legumes, cebola, sal, tempero verde, óleo de soja, pimenta do reino

AGRIÃO: Agrião

CENOURA RALADA: Cenoura

MOLHO VINAGRETE: Água, tomate, cebola, vinagre, tempero verde, sal

IOGURTE: Iogurte

Quinta-Feira: 17/07/2025

ARROZ: Arroz parboilizado, sal, óleo de soja

ARROZ INTEGRAL: Arroz integral, sal, óleo de soja

FEIJÃO PRETO: Feijão preto, cebola, sal, óleo de soja, tempero verde, alho, orégano, louro

SASSAMI DE FRANGO EMPANADO: Carne de frango, água, farinha de trigo enriquecida com ferro e ácido fólico, gordura vegetal, amido, sal, açúcar, farinha de milho, proteína de soja, especiarias (cebola em pó, alho em pó, salsa em flocos, aipo em pó e pimenta preta), carne de frang

FILÉ DE PEIXE EMPANADO: Filé de peixe empanado (filé de pescada, farinha de rosca, farinha de trigo, água, sal e temperos), limão tahiti. contém glúten.

BATATA COM ERVAS COZIDA: Batata inglesa, sal, tempero verde, alecrim, orégano, manjeriço

PEPINO NATURAL: Pepino

REPOLHO ROXO: Repolho roxo

MOLHO DE MOSTARDA: Mostarda, água, azeite de oliva, limão tahiti, tempero verde, sal, alho em pasta

GELATINA: Água, gelatina

Sexta-Feira: 18/07/2025

ARROZ: Arroz parboilizado, sal, óleo de soja

ARROZ INTEGRAL: Arroz integral, sal, óleo de soja

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

ALMÔNDEGA BOVINA: Carne bovina, cebola, água, proteína texturizada de soja granulada, farinha de rosca, sal refinado, alho, salsinha, cebolinha, glutamato monossódico, inosinato, guanilato dissódico e aromatizante. contém glúten

POLENTA SIMPLES: Farinha pré-cozida de milho, sal, tempero verde

COUVE-FOLHA: Couve-folha

RABANETE: Rabanete

MOLHO DE ERVAS: Água, cebola, vinagre, azeite de oliva, sal, sálvia, orégano, manjerona, manjeriço

PÉ DE MOLEQUE: Pé de moleque