

RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO – PROGRAMAÇÃO DO CARDÁPIO SEMANAL

DIA	CARDÁPIO PROGRAMADO
SEGUNDA-FEIRA 08/09/2025	CARNE: Filé de peixe empanado ARROZ BRANCO / ARROZ INTEGRAL (JANTA) / FEIJÃO COM VEGETAIS COMPLEMENTO: Creme de ervilha SALADA 1: Chicória SALADA 2: Rabanete SOBREMESA: Iogurte MOLHO SALADA: Vinagrete
TERÇA-FEIRA 09/09/2025	CARNE ALMOÇO: Iscas de frango ao molho agri-doce ARROZ BRANCO / ARROZ INTEGRAL (JANTA) / FEIJÃO PRETO COMPLEMENTO ALMOÇO: Chuchu refogado COMPLEMENTO JANTA: Chuchu ao molho branco SALADA 1: Couve SALADA 2: Pepino SOBREMESA: Melão MOLHO SALADA: Molho de mostarda
QUARTA-FEIRA 10/09/2025	CARNE: Iscas de carne à portuguesa ARROZ BRANCO / ARROZ INTEGRAL (JANTA) / FEIJÃO PRETO COMPLEMENTO: Repolho refogado SALADA 1: Agrião SALADA 2: Cenoura ralada SOBREMESA: Abacaxi MOLHO SALADA: Vinagrete
QUINTA-FEIRA 11/09/2025	CARNE: Filé mignon suíno acebolado ARROZ BRANCO / ARROZ INTEGRAL (JANTA) / FEIJÃO PRETO COMPLEMENTO: Abóbora refogada SALADA 1: Repolho SALADA 2: Beterraba ralada SOBREMESA: Banana MOLHO SALADA: Molho de mostarda
SEXTA-FEIRA 12/09/2025	CARNE: Iscas de frango ao molho branco com milho ARROZ BRANCO / FEIJÃO PRETO COMPLEMENTO: Batata palha SALADA 1: Rúcula SALADA 2: Cenoura ralada SOBREMESA: Maçã MOLHO SALADA: Molho de ervas
SÁBADO FECHADO	
DOMINGO FECHADO	

INGREDIENTES

Segunda-Feira: 08/09/2025

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

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

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

CHICÓRIA: chicória

RABANETE: rabanete

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

IOGURTE: iogurte

Terça-Feira: 09/09/2025

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 AO MOLHO AGRIDOCE: catchup, mostarda, peito de frango, cebola, água, óleo de soja, molho shoyo, alho em pasta, amido de milho, sal, pinta do reino, louro, orégano, manjerição

CHUCHU REFOGADO: chuchu, cebola, tempero verde, óleo de soja, sal, alho em pasta

CHUCHU AO MOLHO BRANCO: chuchu, leite, cebola, farinha de trigo, margarina, tempero verde, sal, alho em pasta, sal, noz moscada

COUVE-FOLHA: couve-folha

PEPINO NATURAL: pepino

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

MELÃO: melão

Quarta-Feira: 10/09/2025

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

CARNE À PORTUGUESA: patinho bovino, tomate, cebola, pimentão, azeitona, óleo de soja, sal, alho em pasta, sal, orégano, alho em pasta

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

AGRIÃO: agrião

CENOURA RALADA: cenoura

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

ABACAXI: abacaxi

Quinta-Feira: 11/09/2025

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

FILÉ M SUÍNO ACEBOLADO: filé mignon suíno, cebola, limão tahiti, óleo de soja, sal, alho em pasta, alho em pasta, sal, pimenta do reino

ABÓBORA REFOGADA: abóbora, cebola, óleo de soja, tempero verde, sal, alho em pasta

BETERRABA RALADA: beterraba

REPOLHO: repolho verde

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

BANANA: banana

Sexta-Feira: 12/09/2025

ARROZ: arroz parboilizado, sal, óleo de soja

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

FRANGO AO MOLHO BRANCO COM MILHO: peito de frango, milho em conserva, leite, creme de leite, cebola, farinha de trigo, óleo de soja, sal, alho em pasta, sal, pimenta do reino

BATATA PALHA: batata palha industrializada (batata inglesa, gordura vegetal, sal)

CENOURA RALADA: cenoura

RÚCULA: rúcula

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

MAÇÃ: maçã