

RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO – PROGRAMAÇÃO DO CARDÁPIO SEMANAL

DIA	CARDÁPIO PROGRAMADO
SEGUNDA-FEIRA 08/12/2025	CARNE: Sassami de frango empanado ARROZ BRANCO / ARROZ INTEGRAL / FEIJÃO CARIOCA COMPLEMENTO: Ratatouille SALADA 1: Rúcula SALADA 2: Cenoura ralada SOBREMESA: Canjica MOLHO SALADA: Vinagrete
TERÇA-FEIRA 09/12/2025	CARNE: Frango acebolado ao molho barbecue ARROZ BRANCO / ARROZ INTEGRAL / FEIJÃO COM VEGETAIS COMPLEMENTO: Batata inglesa com ervas SALADA 1: Acelga SALADA 2: Beterraba ralada SOBREMESA: MOLHO SALADA: Molho de mostarda
QUARTA-FEIRA 10/12/2025	CARNE: Frango ao molho branco com milho ARROZ BRANCO / ARROZ INTEGRAL / FEIJÃO PRETO COMPLEMENTO ALMOÇO: Batata palha COMPLEMENTO JANTA: Polenta SALADA 1: Alface SALADA 2: Rabanete SOBREMESA: MOLHO SALADA: Vinagrete
QUINTA-FEIRA 11/12/2025	CARNE: Iscas de carne com cebola e pimentão ARROZ BRANCO / ARROZ INTEGRAL / FEIJÃO CARIOCA COMPLEMENTO: Repolho refogado SALADA 1: Acelga SALADA 2: Pepino SOBREMESA: MOLHO SALADA: Molho de mostarda
SEXTA-FEIRA 12/12/2025	CARNE: Bife acebolado ARROZ BRANCO / ARROZ INTEGRAL / FEIJÃO PRETO COMPLEMENTO: Farofa com azeitona SALADA 1: Agrião SALADA 2: Cenoura ralada SOBREMESA: MOLHO SALADA: Molho de ervas
SÁBADO 13/12/2025	CARNE: Linguiça toscana ARROZ BRANCO / ARROZ INTEGRAL / FEIJÃO PRETO COMPLEMENTO: Macarrão ao molho branco SALADA 1: Alface SALADA 2: Pepino SOBREMESA: MOLHO SALADA: Vinagrete
DOMINGO 14/12/2025	CARNE: Carne de panela ARROZ BRANCO / ARROZ INTEGRAL / FEIJÃO PRETO COMPLEMENTO: Batata doce cozida SALADA: Vagem cozida SOBREMESA: MOLHO SALADA: Molho de ervas

INGREDIENTES

Segunda-Feira: 08/12/2025

ARROZ: arroz parboilizado, sal, óleo de soja

ARROZ INTEGRAL: arroz integral, sal, óleo de soja

FEIJÃO CARIOSA: feijão carioca, cebola, sal, tempero verde, óleo de soja, alho em pasta, 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 frango

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

CENOURA RALADA: cenoura

RÚCULA: rúcula

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

CANJICA: milho de canjica, leite, açúcar, leite de coco, cravo, canela

Terça-Feira: 09/12/2025

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

ISCAS DE FRANGO ACEBOLADA AO M BARBECUE: frango aceb ao m barbecue

BATATA COM ERVAS COZIDA: batata inglesa, sal, tempero verde, alecrim, orégano, manjericão

ACELGA: acelga

BETERRABA RALADA: beterraba

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

Quarta-Feira: 10/12/2025

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 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)

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

ALFACE: alface

RABANETE: rabanete

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

Quinta-Feira: 11/12/2025

ARROZ: arroz parboilizado, sal, óleo de soja

ARROZ INTEGRAL: arroz integral, sal, óleo de soja

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

CARNE CEBOLA PIMENTÃO: patinho bovino, cebola, pimentão, óleo de soja, sal, alho em pasta, sal, pimenta do reino

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

ACELGA: acelga

PEPINO NATURAL: pepino

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

Sexta-Feira: 12/12/2025

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

BIFE ACEBOLADO: coxão mole bovino, cebola, óleo de soja, sal, alho em pasta, alho em pasta, sal, pimenta do reino, orégano

FAROFÁ COM AZEITONA: farinha de mandioca, óleo de soja, azeitona verde, sal, colorau

AGRIÃO: agrião

CENOURA RALADA: cenoura

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

Sábado: 13/12/2025

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

LINGUIÇA TOSCANA: linguiça toscana industrializada (recortes de suíno, toucinho de suíno, água, sal, alho em pasta, açúcar, pimenta preta, antioxidante eritorbato de sódio (ins 316), estabilizante tripolifosfato de sódio (ins 451i), emulsificante hexametafosfato de só

MACARRÃO AO MOLHO BRANCO: macarrão sêmola, leite de vaca integral, farinha de trigo, cebola, sal, sal, noz moscada

ALFACE: alface

PEPINO NATURAL: pepino

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

Domingo: 14/12/2025

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 ASSADA DE PANELA: lagarto bovino, cebola, tomate, óleo de soja, tempero verde, alho em pasta, sal, pimenta do reino

BATATA DOCE: batata doce, tempero verde, sal

VAGEM COZIDA: vagem

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

CANJICA: milho de canjica, leite, açúcar, leite de coco, cravo, canela