

ISM ALIMENTAÇÃO E SERVIÇOS  
UNILAB  
CARDÁPIO SEMANAL

ALMOÇO	Segunda (08/01)	Terça (09/01)	Quarta (10/01)	Quinta (11/01)	Sexta (12/01)	Sábado (13/01)
Principal	Isca de fígado ao molho	Filé de peixe a portuguesa	Feijoada	Assado de panela ao molho escuro	Isca de carne a chinesa	Pernil suíno ao molho com abacaxi
	Frango ao forno crocante	Escondidinho de carne do sol gratinado	Sobrecoxa ao forno acebolado	Fricassê de frango	Midar-sin	Cubos de carne acebolados com batata palha
Vegetariano	Maria isabel vegana	Bobó de legumes	Feijoada vegetariana	Arroz cremoso de lentilha	Refogado de grão de bico	Moqueca vegetariana
Salada	Acelga, repolho roxo, cenoura, melão	Vinagrete	Alface crespa, tomate, acelga e manga	Alface, cenoura, tomate, pepino, orégano	Pepino com tomate em rodela com azeite e orégano	Alface, tomate, espinafre, pepino
	Batata doce com oregano	Macaxeira cozida amanteigada	Abóbora sautê	Beterraba com milho verde	Cenoura com brocolis refogados	Maionese mista (cenoura e batata, salsinha)
Guarnição	Farofa	Purê de batata	Farofa branca	Cuscuz	Macarrão	Farofa
Acompanhamentos	Arroz Branco c/ açafrão	Baião de dois	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco
	Arroz Integral c/ salsinha	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral com salsa	Arroz Integral
	Feijão Carioca	Feijão Corda	Feijão Corda	Feijão Carioca	Feijão Corda	Feijão Carioca
Sobremesa	Tangerina	Banana prata	Laranja	Melão	Mamão	Melancia
	Doce de leite tablete	Doce goiaba cristalizado	Doce banana tablete	Doce crocante de amendoim	Sobremesa especial natalina	Doce paçoquita
Suco/polpa	Manga	Goiaba	Acerola	Caju	Cajá	Graviola

JANTAR	Segunda (08/01)	Terça (09/01)	Quarta (10/01)	Quinta (11/01)	Sexta (12/01)	Sábado (13/01)
Principal	Caldo de mancarra	Jardineira de carne moída com legumes	Filé de frango grelhado na manteiga de ervas	Costela suína acebolada com rodela de limão	Peixe a delícia	XXXXXXX
	Isca de carne ao molho	Isca de frango a milanesa	Panqueca a bolonhesa	Delícia de carne do sol	Bife ao molho madeira	
Vegetariano	Bolinho de soja com macaxeira	Quiche de lentilha	Cuscuz vegetariano com lentilha	Falafel	Soja tropeira	
Sopa	Sopa de carne com legumes	Canja de galinha	Sopa de feijão com linguiça	Sopa de peixe com legumes	Sopa de frango com legumes	
Salada	Alface crespa, tomate, pepino, cenoura, abacaxi	Cenoura, Beterraba, Coentro, Manga	Acelga, tomate, melão e beterraba	Acelga, tomate, pepino, laranja	Repolho bicolor com tomate e abacaxi	
	Batata inglesa e vagem refogados	Chuchu cremoso gratinado	Cenoura e abobrinha refogados	Abóbora com macaxeira cozida	Beterraba, chuchu e milho verde	
Guarnição	Macarrão	Farofa	Cuscuz	Purê de batata	Farofa Crispy	
Acompanhamentos	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Baião de dois	Arroz Branco	
	Arroz Integral	Arroz Integral c/ ervilha	Arroz Integral	Arroz Integral c/ milho	Arroz Integral	
	Feijão de Corda	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão de Corda	Feijão Carioca	
Sobremesa	Melão	Abacaxi	Melancia	Banana prata	Maçã	
	Doce quebra queixo	Doce caju cristalizado	Doce coxa de moça	Doce banana cristalizado	Doce de leite tablete	
Suco/polpa	Acerola	Caju	Seriguela	Maracujá	Manga	

Obs.: Cardápio pode sofrer alterações, dependendo da disponibilidade de produtos em estoque.

\* Contém lactose

\*\* Contém glúten

ALÉRGICOS: Pode conter trigo, centeio, cevada, aveia, leite, ovo, soja, milho;

