

ISM ALIMENTAÇÃO E SERVIÇOS
UNILAB
CARDÁPIO SEMANAL



ALMOÇO	Segunda (12/02)	Terça (13/02)	Quarta (14/02)	Quinta (15/02)	Sexta (16/02)	Sábado (17/02)
Principal	Feriado - Carnaval	Feriado - Carnaval	Feijoada  	Assado de panela ao molho escuro com batatas 	Filé de peixe a portuguesa  	Filé de frango ao creme de milho  
			Sobrecoxa ao forno acebolado 	Costela suína acebolada com rodelas de limão  	Escondidinho de carne do sol  	Cubos de carne acebolados com batata palha 
Vegetariano			Feijoada vegetariana 	Stroganoff de grão de bico 	Vatapá Vegano 	Moqueca vegetariana 
Salada			Alface crespa, tomate, acelga e manga	Alface, cenoura, tomate, abacaxi e orégano	Pepino com tomate em rodelas com azeite e orégano	Alface, tomate, espinafre, repolho roxo
			Beterraba com milho verde	Abóbora sautê	Cenoura com brocolis refogados	Maionese mista (cenoura e batata, salsinha)
Guarnição			Farofa branca 	Cuscuz	Macarrão  	Farofa 
Acompanhamentos			Arroz Branco 	Arroz Branco 	Arroz Branco 	Arroz Branco 
			Arroz Integral 	Arroz Integral 	Arroz Integral com salsa 	Arroz Integral 
			Feijão Corda 	Feijão Carioca 	Feijão Corda 	Feijão Carioca 
Sobremesa			Abacaxi	Melancia	Melão	Laranja
Suco/polpa			Doce banana tablete	Doce crocante de amendoim	Doce quebra queixo	Doce caju cristalizado
			Acerola	Caju	Cajá	Graviola

JANTAR	Segunda (12/02)	Terça (13/02)	Quarta (14/02)	Quinta (15/02)	Sexta (16/02)	Sábado (17/02)
Principal	Feriado - Carnaval	Feriado - Carnaval	Filé de frango a milanesa 	Vatapá de frango  	Bife ao molho madeira 	XXXXXXX
			Peixe a delícia  	Carne do sol acebolada com macaxeira frita 	Empadão de frango 	
Vegetariano			Bife de soja 	Lasanha de soja com Brócolis 	Yakissoba vegetariano 	
Sopa			Sopa de feijão com linguiça  	Sopa de peixe com legumes 	Sopa de frango com legumes 	
Salada			Acelga, tomate, melão e beterraba	Alface crespa, alface roxa, cenoura e passas	Repolho bicolor com tomate e abacaxi	
			Cenoura e abobrinha refogados	Batata doce sautê	Beterraba, chuchu e milho verde	
Guarnição			Macarrão  	Purê de batata  	Farofa Crispy 	
Acompanhamentos			Arroz Branco 	Baião de dois 	Arroz Branco 	
			Arroz Integral 	Arroz Integral c/ milho 	Arroz Integral 	
			Feijão Carioca 	Feijão de Corda 	Feijão Carioca 	
Sobremesa			Maçã	Banana prata	Mamão	
Suco/polpa			Doce coxa de moça	Doce caju cristalizado	Doce coxa de moça	
			Seriguela	Abacaxi	Manga	

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

Gabriela Viana Lima
Nutricionista (CRN11 3727)

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

