

ISM ALIMENTAÇÃO E SERVIÇOS
UNILAB
CARDÁPIO SEMANAL



ALMOÇO	Segunda (13/05)	Terça (14/05)	Quarta (15/05)	Quinta (16/05)	Sexta (17/05)	Sábado (18/05)
Principal	Assado de panela ao molho escuro	Filé de peixe ao molho de peixada	Feijoada	Pernil suíno ao molho tropical	Isca de carne a chinesa	Frango ao forno com batata assada e ervas
	Filé de frango ao creme de milho gratinado	Carne do sol acebolada com macaxeira amanteigada	Frango assado com gergelim	Strogonoff de carne	Lasanha de frango ao molho bechamel	Primavera de carne moída
Vegetariano	Yakissoba vegetariana	Bobó de legumes	Feijoada vegetariana	Arroz cremoso de lentilha	Refogado de grão de bico	Soja nordestina
Salada	Repolho branco, repolho roxo, cenoura ralada e abacaxi	Alface, beterraba, pepino e oregano	Alface, repolho, cenoura, abacaxi e salsa	Acelga, beterraba e abacaxi	Repolho, beterraba, cenoura e manga	Alface, tomate, espinafre, repolho roxo
	Macaxeira cozida amanteigada	Batata doce sautê	Couve manteiga refogado com cenoura e repolho	Cenoura, chuchu e milho	Abóbora com brocolis refogados	Batata inglesa corada com salsa
Guarnição	Farofa	Purê de batata	Farofa branca	Macarrão	Farofa	Macarrão parafuso ao alho e óleo
Acompanhamentos	Arroz Branco c/ açafrão	Baião de dois	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco
	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral c/ açafrão	Arroz Integral	Arroz Integral
	Feijão Carioca	Feijão de Corda	Feijão Corda	Feijão Carioca	Feijão Corda	Feijão Carioca
Sobremesa	Tangerina	Banana	Laranja	Melancia	Melão	Maçã
	Doce goiaba tablete	Doce paçoquita	Doce quebra queixo	Doce coxa de moça	Doce banana tablete	Doce de leite
Suco/polpa	Goiaba	Caju	Acerola	Manga	Maracujá	Seriguela

JANTAR	Segunda (13/05)	Terça (14/05)	Quarta (15/05)	Quinta (16/05)	Sexta (17/05)	Sábado (18/05)
Principal	Picadinho de carne com legumes	Catchupa	Bife ao molho com legumes	Filé de peixe a milanesa	Isca de fígado ao molho	XXXXXXXX
	Cubos de frango acebolado com batata palha e azeitonas	Frango crocante	Costela suína assada	Churrasco misto	Isca de frango ao molho rosê	
Vegetariano	Bolinho de soja com macaxeira	Risoto de soja	Tortinha de legumes	Strogonoff de legumes	Maria isabel vegana	
Sopa	Sopa de frango com legumes	Sopa de carne com legumes	Sopa de feijão com macarrão	Sopa de peixe	Canja de galinha	
Salada	Alface, repolho, cenoura, abacaxi	Cenoura, Beterraba, Coentro, Manga	Alface, repolho roxo, cenoura e passas	Repolho, beterraba, cenoura	Repolho bicolor com abacaxi	
	Beterraba com milho e cebolinha	Abóbora e vagem refogados	Beterraba e brocolis	Macaxeira refogada	Cenoura, brocolis, couve flor refogados	
Guarnição	Funge de milho	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	Arroz Integral	
	Feijão de Corda	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão de Corda	Feijão Carioca	
Sobremesa	Abacaxi	Melancia	Mamão	Banana	Tangerina	
	Doce coxa de moça	Doce de leite	Doce goiaba cristalizado	Doce caju cristalizado	Doce quebra queixo	
Suco/polpa	Graviola	Abacaxi	Tamarindo	Goiaba	Acerola	

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;

