

ISM ALIMENTAÇÃO E SERVIÇOS
UNILAB
CARDÁPIO SEMANAL



ALMOÇO	Segunda (17/06)	Terça (18/06)	Quarta (19/06)	Quinta (20/06)	Sexta (21/06)	Sábado (22/06)
Principal	Catchupa	Filé de peixe ao molho de coco	Feijoada	Bisteca suína ao molho barbecue	Assado de panela ao molho com verduras a julienne	Frango ao forno com batata assada e ervas
	Cubos de carne acebolados	Isca de frango ao sugo com manjeriço fresco	Frango assado com gergelim	Picadinho de carne ao molho com macaxeira	Torta de frango cremosa com milho verde	Carne de panela c/ abóbora
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	Purê de batata gratinado
Acompanhamentos	Arroz Branco	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 (17/06)	Terça (18/06)	Quarta (19/06)	Quinta (20/06)	Sexta (21/06)	Sábado (22/06)
Principal	Picadinho de carne com legumes	Pernil suíno assado com abacaxi	Bobotie	Filé de peixe a milanesa	Isca de fígado ao molho	XXXXXXX
	Filé de frango ao molho parisiense	Isca de carne gratinada ao molho branco	Frango crocante	Churrasco misto	Filé de frango ao molho pizzaiolo	
Vegetariano	Bolinho de soja com macaxeira	Risoto de soja	Tortinha de legumes	Strogonoff de legumes	Macarronada vegetariana	
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;

