

ISM ALIMENTAÇÃO E SERVIÇOS
UNILAB
CARDÁPIO SEMANAL



ALMOÇO	Segunda (19/08)	Terça (20/08)	Quarta (21/08)	Quinta (22/08)	Sexta (23/08)	Sábado (24/08)
Principal	Figado ao molho	Pernil suíno ao molho	Feijoada	Bife de panela ao molho madeira	Peixe a delícia	Suíno ao forno com verduras a julienne
	Filé de frango ao molho parisiense	Carne do sol amanteigada com batata doce assada	Cubos de frango ao molho sugo gratinado	Creme de frango	Cubos de carne acebolados com bacon e calabresa	Isca de carne ao molho escuro com pimentões
Vegetariano	Soja bolonhesa	Strogonoff de grão de bico	Feijoada vegetariana	Vatapá vegano	Maria Isabel vegana	Soja bolonhesa
Salada	Acelga, repolho roxo, cenoura, laranja	Alface, beterraba, pepino, orégano	Acelga, cenoura, pepino e manga	Repolho branco, repolho roxo, cenoura e abacaxi	Alface, beterraba, pepino, melão	Alface crespa, alface roxa, rucula e manga
	Abóbora e macaxeira refogados	Macaxeira amanteigada	Couve manteiga, cenoura e repolho refogados	Batata inglesa com maionese e salsa	Abóbora e vagem refogados	Beterraba, brócolis e milho verde
Guarnição	Farofa	Purê de batata	Farofa branca	Macarrão parafuso com manjerição	Cuscuz	Macarrão parafuso ao alho e óleo
Acompanhamentos	Arroz Branco	Baião de dois	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco
	Arroz Integral	Arroz Integral com ervilha	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral
	Feijão de Corda	Feijão de Corda	Feijão Carioca	Feijão Corda	Feijão Carioca	Feijão Carioca
Sobremesa	Tangerina	Banana prata	Laranja	Maçã	Melão	Melancia
	Doce goiaba tablete	Doce de leite tablete	Doce banana tablete	Doce crocante de amendoim	Doce caju cristalizado	Doce paçoquita
Suco/polpa	Caju	Graviola	Acerola	Goiaba	Abacaxi	Manga

JANTAR	Segunda (19/08)	Terça (20/08)	Quarta (21/08)	Quinta (22/08)	Sexta (23/08)	Sábado (24/08)
Principal	Filé de peixe com legumes assados	Caldo de mancarra	Suíno ao molho escuro com abacaxi e limão	Filé de frango acebolados com azeitona, presunto e batata palha	Isca de carne acebolada	XXXXXXX
	Isca de frango a parmegiana	Assado de panela com pimentões refogados	Strogonoff de carne	Carne do sol ao leite de coco	Lasanha de frango	
Vegetariano	Empadão de legumes	Falafel	Escondidinho de soja	Suflé de legumes	Almondegas de lentilha	
Sopa	Sopa de frango com legumes	Sopa de carne com legumes	Canja de galinha	Sopa de feijão	Caldo de carne com ovos e legumes	
Salada	Alface, cenoura, passas e repolho	Acelga, repolho bicolor e laranja	Salada refrescante (alface crespa e roxa, rucula, hortelã, uva passas, abacaxi)	Alface, beterraba, pepino, azeitona	Cenoura, beterraba, coentro e manga	
	Batata, chuchu, passas e milho	Beterraba e vagem refogados	Cenoura, brócolis, couve flor refogados	Batata doce sauté	Batata inglesa corada com oregano	
Guarnição	Cuscuz	Farofa	Macarrão	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 com açafrão	Arroz Integral	Arroz Integral	
	Feijão de Corda	Feijão de Carioca	Feijão Corda	Feijão Carioca	Feijão Corda	
Sobremesa	Melancia	Mamão	Melão	Banana prata	Abacaxi	
	Doce coxa de moça	Doce quebra queixo	Doce goiaba cristalizado	Doce paçoquita	Doce de leite tablete	
Suco/polpa	Goiaba	Maracujá	Seriguela	Manga	Caju	

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;

