

ISM ALIMENTAÇÃO E SERVIÇOS  
UNILAB  
CARDÁPIO SEMANAL



ALMOÇO	Segunda (02/09)	Terça (03/09)	Quarta (04/09)	Quinta (05/09)	Sexta (06/09)	Sábado (07/09)
Principal	Frango assado ao forno com gergelim	Pernil suíno ao molho barbecue	Feijoada	Strogonoff de carne	Sobrecoxa de frango desossada ao forno com ervas	<b>FERIADO NACIONAL</b>
	Parmegiana de carne com legumes	Carne do sol amanteigada com macaxeira	Isca de frango a milanesa	Filé de peixe a portuguesa	Bife ao molho madeira	
Vegetariano	Strogonoff de grão de bico	Refogado de lentilha	Feijoada vegetariana	Cozido de grão de bico	Macarronada vegetariana	
Salada	Repolho branco, repolho roxo, cenoura ralada e abacaxi	Alface, beterraba, pepino e oregano	Salada tropical	Acelga, beterraba e abacaxi	Repolho, beterraba, cenoura e manga	
	Batata inglesa corada com orégano	Batata doce sauté	Couve manteiga refogado com cenoura e repolho	Beterraba com milho verde	Maionese de batata com salsinha	
Guarnição	Farofa	Purê de batata	Farofa branca	Macarrão	Cuscuz	
Acompanhamentos	Arroz Branco	Baião de dois	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	
	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral c/ salsinha	
	Feijão Carioca	Feijão Corda	Feijão Carioca	Feijão Corda	Feijão Carioca	
Sobremesa	Melão	Banana prata	Laranja	Tangerina	Maçã	
	Doce goiaba tablete	Doce de leite tablete	Doce quebra queixo	Doce crocante de amendoim	Doce coxa de moça	
Suco/polpa	Goiaba	Caju	Acerola	Manga	Seriguela	

JANTAR	Segunda (02/09)	Terça (03/09)	Quarta (04/09)	Quinta (05/09)	Sexta (06/09)	Sábado (07/09)
Principal	Fígado ao molho escuro	Calulu de peixe	Assado de panela ao molho ferrugem	Churrasco misto acebolado	Cubos de carne grelhados com verduras a julienne	XXXXXXX
	Filé de frango ao molho parisiense	Isca de carne acebolada com azeitona e batata palha	Torta de frango cremosa	Vatapá de frango	Frango guisado caipira	
Vegetariano	Quiche de lentilha	Escondidinho de soja	Bolinha de grão de bico	Kibe de soja	Vatapá vegetariano	
Sopa	Sopa de frango com legumes	Sopa de carne com legumes	Sopa de feijão	Canja de galinha	Caldo de carne com ovos e legumes	
Salada	Alface, repolho, cenoura, abacaxi	Repolho, cenoura, passas, milho verde e azeitonas	Alface, repolho roxo, cenoura e passas	Cenoura, Beterraba, Coentro, Manga	Salada refrescante (alface crespa e roxa, rucula, hortelã, uva passas, abacaxi)	
	Cenoura, chuchu, milho e ervilha	Abóbora e vagem refogados	Beterraba e brocolis	Macaxeira amanteigada	Cenoura, brocolis, couve flor refogados	
Guarnição	Farofa	Macarrão	Cuscuz	Purê de batata	Farofa crispy	
Acompanhamentos	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Baião de dois	Arroz Branco	
	Arroz Integral c/ cenoura	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	
	Feijão de Corda	Feijão Carioca	Feijão Corda	Feijão Carioca	Feijão Corda	
Sobremesa	Laranja	Mamão	Melão	Banana prata	Abacaxi	
	Doce coxa de moça	Doce quebra queixo	Doce goiaba cristalizado	Doce paçoquita	Doce de leite tablete	
Suco/polpa	Graviola	Abacaxi	Cajá	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;

