








ALMOÇO	Segunda (23/02)	Terça (24/02)	Quarta (25/02)	Quinta (26/02)	Sexta (27/02)	Sábado (28/02)
Principal	Carne assada acebolada 	Fricassê de frango  	Feijoada  	Frango a parmegiana  	Peixe a delícia  	Jardineira com legumes 
	Suíno agri-doce  	Churrasco misto  	Frango assado 	Carne acebolada 	Carne do sol desfiada  	Frango assado 
Vegetariano	Jardineira de soja	Guisado de lentilha	Refogado de soja	Assado de grão de bico	Vatapá vegano	Bobó vegetariano
Salada Crua	Alface crespa, tomate e pepino, laranja + MOLHO FRIO DE SALADA	Alface crespa, tomate, repolho branco e repolho roxo	Alface, tomate, pepino e cebola roxa	Repolho branco, repolho roxo, cenoura e abacaxi	Acelga, beterraba, pepino	Repolho ao vinagrete
Salada Cozida	Beterraba com vagem	Macaxeira	Couve manteiga, cenoura, repolho branco	Beterraba com cheiro verde	Vagem, abobrinha, cenoura	Batata inglesa
Guarnição	Cuscuz c/ ovos	Farofa	Farofa com soja	Macarrão	Farofa	Farofa
Acompanhamentos	Arroz c/ cenoura	Baião de dois	Arroz branco	Arroz branco	Arroz Branco	Arroz Branco
	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz integral	Arroz integral	Arroz Integral	Arroz Integral
	Feijão Carioca	Feijão Corda	Feijão carioca	Feijão Corda	Feijão Carioca	Feijão Carioca
Fruta	Melão espanhol	Banana prata	Laranja	Mamão	Melão espanhol	Melancia
Doce	Paçoquinha	Leite tablete	Qubra queijo	Crocante de amendoim	Coxa de moça	Goiaba cristalizado
Suco	Cajá	Manga	Acerola	Seriguela	Goiaba	Maracujá

JANTAR	Segunda (23/02)	Terça (24/02)	Quarta (25/02)	Quinta (26/02)	Sexta (27/02)	Sábado (28/02)
Principal	Carne acebolada 	Almondegas 	Assado de panela 	Chatasca 	Fígado 	xxxxxxx
	Lasanha de frango  	Suino ao molho barbecue  	Peixe crocante  	Bobó de frango  	Frango ao forno 	
Sopa	Frango	Carne	Feijão	Canja	Peixe	
Vegetariano	Estrofonoff de legumes	Soja a bolonhesa	Almondegas de lentilha	Yakissoba vegetariano	Escondidinho de soja	
Salada Crua	Alface, acelga, abacaxi e laranja	Acelga, tomate e pepino	Alface, repolho, cenoura e abacaxi	Cenoura, beterraba, coentro e manga	Acelga, beterraba, cenoura e melão	
Salada Cozida	Cenoura, chuchu, batata inglesa	Abóbora e vagem refogados	Batata e chuchu	Batata doce	Batata corada	
Guarnição	Purê	Macarrão	Cuscuz	Farofa	Purê	
Acompanhamentos	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Baião de dois	Arroz Branco	
	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz integral	Arroz Integral	
	Feijão de Corda	Feijão Carioca	Feijão de Corda	Feijão carioca	Feijão Corda	
Fruta	Laranja	Mamão	Abacaxi	Banana prata	Maçã	
Doce	Coxa de moça	Quebra - queijo	Goiaba cristalizado	Paçoquinha	Leite tablete	
Suco	Goiaba	Abacaxi	Graviola	Manga	Acerola	

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

* Contém lactose
** Contém glúten

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

23/02: RETORNO DO RECESSO ACADÊMICO

Gabriela Viana Lima
Nutricionista

