

ALMOÇO	Segunda (13/07)	Terça (14/07)	Quarta (15/07)	Quinta (16/07)	Sexta (17/07)	Sábado (18/07)
Principal	Frango guisado com legumes	Suíno tropical	Feijoada	Frango a pizzaiolo	Peixe ao molho	Churrasco misto
	Carne acebolada	Carne do sol	Frango ao forno	Carne moída	Strogonoff de carne	Frango ao molho branco
Vegetariano	Strogonoff de legumes	Assado de grão de bico	Refogado de soja	Guisado de lentilha	Jardineira de soja	Bobó vegetariano
Salada Crua	Alface crespa, tomate e pepino, laranja	Alface, tomate, repolho	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	Batata sautê	Vagem, abobrinha, cenoura	Beterraba e chuchu
Guarnição	Cuscuz	Farofa	Farofa c/ soja	Macarrão	Cuscuz	Farofa
Acompanhamentos	Arroz branco	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 de Corda	Feijão Carioca	Feijão Corda	Feijão Carioca	Feijão Carioca
Fruta	Melão espanhol	Banana prata	Laranja	Mamão	Tangerina	Melancia
Doce	Paçoquinha	Caju cristalizado	Quebra queixo	Crocante de amendoim	Coxa de moça	Goiaba cristalizado
Suco	Cajá	Goiaba	Acerola	Seriguela	Goiaba	Maracujá

JANTAR	Segunda (13/07)	Terça (14/07)	Quarta (15/07)	Quinta (16/07)	Sexta (17/07)	Sábado (18/07)
Principal	Suíno acebolado	Picadinho de carne c/ legumes	Bife ao sugo	Carne do sol nordestina	Fígado	xxxxxxx
	Lasanha bolonhesa	Frango grelhado	Frango empanado	Vatapá de frango	Frango com gergelim	
Sopa	Frango	Carne	Peixe	Canja	Carne	
Vegetariano	Yakissoba vegetariano	Soja bolonhesa	Almondegas de lentilha	Vatapá vegano	Escondidinho de legumes	
Salada Crua	Alface, acelga, abacaxi e laranja	Alface, tomate, pepino	Alface, repolho, cenoura e abacaxi	Cenoura, beterraba, coentro e manga	Acelga, beterraba, cenoura e melão	
Salada Cozida	Batata sautê	Abobora e vagem	Batata e chuchu	Batata doce	Macaxeira	
Guarnição	Farofa	Macarrão	Purê	Farofa c/ cenoura	Farofa com soja	
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	Coxa de moça	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;

13/07 - INÍCIO DO RECESSO ACADÊMICO

Gabriela Viana Lima
Nutricionista

