

Restaurante Universitário UNILAB GRADE DE CARDÁPIO SEMANAL

ALMOÇO	SEGUNDA 24/ago	TERÇA 25/ago	QUARTA 26/ago	QUINTA 27/ago	SEXTA 28/ago	SÁBADO 29/ago
PROTEÍNAS	FILÉ DE PEIXE GRELHADO + MOLHO DE PEIXADA  	ISCA DE SUÍNO AO MOLHO BARBECUE 	FEIJOADA À BRASILEIRA 	FRANGO XADREZ  	ESTROGONOFÉ DE FRANGO 	FRANGO EM CUBOS AO CREME DE MILHO 
	CUBOS DE CARNE DE SOL ACEBOLADA	FILÉ DE FRANGO ACEBOLADO	FRANGO ASSADO	SILVERINHA DE CARNE (CARNE MOÍDA REFOGADA COM MILHO E ERVILHA)	TORTA DE CARNE	CARNE AO MOLHO  
VEGETARIANO	SOJA À BOLONHESA 	YAKISSOBA VEGETARIANO	FEIJOADA VEGETARIANA	LASANHA DE ABOBRINHA	JARDINEIRA DE SOJA 	BOBO DE LEGUMES
ACOMPANHAMENTO	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 DE CARIOCA	FEIJÃO DE CORDA	FEIJÃO DE CORDA	FEIJÃO DE CARIOCA	FEIJÃO DE CORDA	FEIJÃO DE CARIOCA
GUARNIÇÃO	FAROFA DE BANANA	CUSCUZ	FAROFA CROCANTE	MACARRÃO	FAROFA REFOGADA	PIRÃO
SALADA CRUA	MIX DE FOLHAS, CENOURA, ABACAXI E PASSAS	ALFACE CRESPA, TOMATE, MELÃO E PEPINO	VINAGRETE	MIX DE FOLHAS, CENOURA, ABACAXI E MILHO	ALFACE ROXA, CEBOLA, BETERRABA E MANGA	ALFACE CRESPA, TOMATE, CEBOLA E MANGA
SALADA COZIDA	BATATA DOCE SALTEADA	ABÓBORA + MACAXEIRA	REPOLHO, CENOURA E COUVE MANTEIGA	BATATA + CHUCHU E MILHO VERDE	BATATA INGLESA, CENOURA E VAGEM	BETERRABA E PASSAS
SUCO	CAJÁ	MANGA	CAJU	ACEROLA	SERIGUELA	GOIABA
SOBREMESA	BANANA/DOCE	LARANJA/DOCE	MELÃO/DOCE	MAMÃO/DOCE	MELANCIA/DOCE	TANGERINA/DOCE

ALERGÊNICOS:



Restaurante Universitário UNILAB GRADE DE CARDÁPIO SEMANAL

JANTAR	SEGUNDA 24/ago	TERÇA 25/ago	QUARTA 26/ago	QUINTA 27/ago	SEXTA 28/ago	SÁBADO 29/ago
PROTEÍNAS	ASSADO DE PANELA	CARNE À CHINESA 	CARNE MOÍDA COM MOLHO 	CUBOS DE SUÍNO ACEBOLADO 	FILÉ DE PEIXE GRELHADO 	
	FRANGO À PIZZAILO 	ISCA DE FRANGO GRELHADA	LASANHA DE FRANGO 	FRANGO GUISADO	CALABRESA ACEBOLADA 	
VEGETARIANO	VATAPÁ DE GRÃO DE BICO	HAMBÚRGUER DE SOJA 	BOLINHO DE LENTILHA	SOJA COM LEGUMES 	TORTA DE GRÃO DE BICO	
ACOMPANHAMENTO	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 DE CARIOCA	FEIJÃO DE CARIOCA	FEIJÃO CORDA	FEIJÃO DE CORDA	
GUARNIÇÃO	MACARRÃO REFOGADO	PURÊ DE BATATA 	MACARRÃO	CUSCUZ	FAROFA REFOGADA	
SOPA (JANTAR)	SOPA DE CARNE	SOPA DE FRANGO	CALDO DE CARNE	CANJA	SOPA DE PEIXE	
SALADA CRUA	MIX DE FOLHAS, TOMATE CEBOLA E MANGA	ALFACE ROXA, BETERRABA, CENOURA E PASSAS	ALFACE CRESPA, REPOLHO, TOMATE E MELÃO	VINAGRETE	MIX DE FOLHAS, MELÃO E PEPINO	
SALADA COZIDA	BATATA, CENOURA E CHUCHU	BERINJELA, ABOBRINHA E VAGEM	BATATA DOCE E MACAXEIRA	ABÓBORA AO FORNO	BETERRABA E CENOURA	
SUCO	GOIABA	CAJU	ACEROLA	MANGA	ABACAXI	
SOBREMESA	MELANCIA/DOCE	BANANA/DOCE	LARANJA/DOCE	MELÃO/DOCE	MAMÃO/DOCE	

ALERGÊNICOS:



Restaurante Universitário UNILAB GRADE DE CARDÁPIO SEMANAL

ALMOÇO	SEGUNDA 31/ago	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
PROTEÍNAS	CARNE AO MOLHO 					
	FRICASSÉ DE FRANGO 					
VEGETARIANO	MOQUECA DE BANANA					
ACOMPANHAMENTO	ARROZ BRANCO					
	ARROZ INTEGRAL					
	FEIJÃO DE CARIOCA					
GUARNIÇÃO	MACARRÃO					
SALADA CRUA	MIX DE FOLHAS, TOMATE, CENOURA E PASSAS					
SALADA COZIDA	CHUCHU E BETERRABA					
SUCO	MANGA					
SOBREMESA	MELÃO/DOCE					

ALERGÊNICOS:



Restaurante Universitário UNILAB GRADE DE CARDÁPIO SEMANAL

JANTAR	SEGUNDA 31/ago	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
PROTEÍNAS	FILÉ PEIXE ACEBOLADO 					
	FILÉ DE FRANGO AO SUGO 					
VEGETARIANO	FILÉ DE SOJA 					
ACOMPANHAMENTO	ARROZ BRANCO					
	ARROZ INTEGRAL					
	FEIJÃO DE CORDA					
GUARNIÇÃO	FAROFA REFOGADA					
SOPA (JANTAR)	CANJA					
SALADA CRUA	VINAGRETE					
SALADA COZIDA	ALFACE CRESPA CENOURA, TOMATE E MANGA					
SUCO	GOIABA					
SOBREMESA	LARANJA/DOCE					

ALERGÊNICOS:

