



# CARDÁPIO SEMANAL / ALMOÇO

Segunda a sexta   
Almoço   
Das 11h30 às 13h30 

CARDÁPIO REFERENTE A 08 A 12 E JANEIRO DE 2024

ESTRUTURA DO CARDÁPIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
PROTEICO 1	COZIDÃO MARANHENSE	FRANGO AO MOLHO COM BATATAS	SUÍNO AO MOLHO ESCURO	LAGARTO RECHEADO (BACON E LINGUIÇA)	MOCOTÓ
PROTEICO 2	FILE DE FRANGO GRELHADO	PEIXE FRITO	LASANHA DE CARNE	FRANGO XADREZ	BIFE ACEBOLADO
PROTEICO 3	BIFE AO MOLHO ESCURO	CARNE MOIDA COM MILHO E ERVILHA	FRANGO GRELHADO	FÍGADO ACEBOLADO	MEXIDO DE FRANGO
PROTEICO 4 (VEGETARIANO)	SOJA REFOGADA	OMELETE DE LEGUMES	LASANHA DE SOJA	GUISADO DE SOJA	MEXIDO DE VEGETAIS
SALADA	MIX FOLHOSO COM ABACAXI	LEGUMES COZIDOS	REPOLHO, BETERRABA E TOMATE	PEPINO AO VINAGRETE	ALFACE, PEPINO E TOMATE
ACOMPANHAMENTO	FAROFA	FAROFA	MACARRÃO PARAFUSO COM CEBOLINHA	FAROFA	FARINHA AMARELA
CEREAL	ARROZ TEMPERADO	BAIÃO DE DOIS	ARROZ BRANCO	ARROZ COM ABOBARA	ARROZ BRANCO
LEGUMINOSA	FEIJÃO	-	FEIJÃO	FEIJÃO	FEIJÃO
SOBREMESA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA

OBS: As opções de proteico são oferecidas para escolha de uma delas.



O RU vem esclarecer a toda a comunidade universitária, que nosso cardápio fornece refeições vegetarianas e não veganas.



Cardápio sujeito a alteração sem comunicação prévia.