



# CARDÁPIO SEMANAL / ALMOÇO

Segunda a sexta   
Almoço   
Das 11h30 às 13h30

CARDÁPIO REFERENTE A 04 A 08 DE MARÇO DE 2024

ESTRUTURA DO CARDÁPIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
PROTEICO 1	COZIDÃO MARANHENSE	BIFE DE CARNE AO MOLHO COM CEBOLA E PIMENTÃO	ESPETINHO MISTO	FRANGO CAIPIRA	MOCOTÓ
PROTEICO 2	PEITO DE FRANGO GRELHADO AO MOLHO BARBECUE	FILÉ DE FRANGO NA CHAPA	OMELETE DE FRIOS	BIFE SUÍNO NA CHAPA	BIFE DE PANELA COM BATATA
PROTEICO 3	BIFE DE CARNE ACEBOLADO NA CHAPA	LAGARTO RECHEADO COM BACON E LINGUIÇA	CARNE MOIDA C/ LEGUMES	PANQUECA DE CARNE	COXINHA DA ASA ASSADA
PROTEICO 4 (VEGETARIANO)	SOJA REFOGADA	OMELETE DE LEGUMES	OMELETE VETARIANO	PANQUECA VEGETARIANA	GUISADO DE SOJA
SALADA	MIX DE FOLHAS	REPOLHO, CENOURA E TOMATE	LEGUMES COZIDOS	PEPINO, ALFACE E TOMATE	ALFACE, PEPINO E REPOLHO
ACOMPANHAMENTO	FAROFA	BATATA RÚSTICA	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO	FAROFA	FARINHA AMARELA
CEREAL	ARROZ BRANCO	ARROZ TEMPERADO	ARROZ BRANCO	BAIÃO DE DOIS	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.