



CARDÁPIO SEMANAL / ALMOÇO

Segunda a sexta 
Almoço 
Das 11h30 às 13h30 

CARDÁPIO REFERENTE DE 09 A 13 DE MARÇO DE 2026

ESTRUTURA DO CARDÁPIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
PROTEICO 1	ESPETO MISTO	BISTECA SUINA NA CHAPA	COZIDÃO A MARANHENSE (ABOBORA, MAXIXE, QUIABO)	COXA E SOBRECOXA AO FORNO	MOCOTÓ
PROTEICO 2	PEIXE FRITO	FRANGO AO MOLHO CAPIRA	FIGADO ACEBOLADO	BIFE SUINO GRELHADO	KIBE
PROTEICO 3	PEITO DE FRANGO AO MOLHO ESCURO	TORTA MISTA	PEITO DE FRANGO GRELHADO	CARNE MOIDA COM LEGUMES	PEITO DE FRANGO GRELHADO
PROTEICO 4 (VEGETARIANO)	PROTEINA DE SOJA COM LEGUMES	TORTA DE LEGUMES	GRÃO DE BICO COM LEGUMES	GUISADO DE PROTEINA DE SOJA COM LEGUMES	KIBE VEGETARIANO
SALADA	SALADA	SALADA	SALADA	SALADA	SALADA
ACOMPANHAMENTO	VATAPA	FAROFÁ	FAROFÁ	MACARRÃO AO ALHO E OLEO	FAROFÁ
CEREAL	ARROZ DE VINAGREIRA	ARROZ BRANCO	BAIÃO DE DOIS	ARROZ BRANCO	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.