

CARDÁPIO RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO

UNIPAMPA – SÃO BORJA

ALMOÇO

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA 11/03	QUINTA 12/03	SEXTA 13/03	SÁBADO 14/03
Prato principal	-	-	Sobrecoxa desossada	Almôndega	Peixe	Lasanha á bolonhesa
Opção Vegetariana	-	-	Almôndega de soja	Bolinho de soja	Batata recheada de soja	Strogonoff de soja
Acompanhamento	-	-	Arroz Branco Arroz Integral Feijão	Arroz Branco Arroz Integral Feijão preto	Arroz Branco Arroz Integral Feijão preto	Arroz Branco Arroz Integral Feijão preto
Guarnição	-	-	Massa ao molho sugo	Polenta	Creme de milho	Salada de maionese
Salada	-	-	Pepino c/ tomate Chuchu cozido c/ tempero verde Vinagrete	Alface Repolho/tomate Vinagrete	Alface Beterraba ralada Vinagrete	Mix de folhas verdes Cenoura cozida Vinagrete
Sobremesa	-	-	Banana	Docinho	Pudim	Gelatina
Suco	-	-	Suco de morango	Suco de uva	Suco de abacaxi	Suco de limão

JANTAR

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA 11/03	QUINTA 12/03	SEXTA 13/03
Prato principal			Salsichão acebolado	Bife de frango	Iscas de carne ao molho
Opção Vegetariana			Strogonoff de soja	Soja com legumes	Soja com brócolis
Acompanhamento			Arroz Branco Arroz Integral Feijão	Arroz Branco Arroz Integral Feijão preto	Arroz Branco Arroz Integral Feijão preto
Guarnição			Batata Soute	Massa alho e óleo	Batata doce
Salada			Pepino c/ tomate Chuchu cozido c/ tempero verde Vinagrete	Alface Repolho/tomate Vinagrete	Alface Beterraba ralada Vinagrete
Sobremesa			Banana	Docinho	Pudim
Suco			Suco de morango	Suco de uva	Suco de abacaxi

CARDÁPIO RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO

UNIPAMPA – SÃO BORJA

ALMOÇO

	SEGUNDA 16/03	TERÇA 17/03	QUARTA 18/03	QUINTA 19/03	SEXTA 20/03	SÁBADO 21/03
Prato principal	Strogonoff de carne	Peito de frango ao molho mostarda	Entrevero	Salsichão acebolado	Fricassê de frango	Lasanha à bolonhesa
Opção Vegetariana	Strogonoff de soja	Proteína com legumes/ovo	Hambúrguer de soja	Bolinho de soja	Fricassê de soja	Batata recheada de soja
Acompanhamento	Arroz Branco Arroz Integral Feijão	Arroz Branco Arroz Integral Feijão	Arroz Branco Arroz Integral Feijão	Arroz Branco Arroz Integral Feijão preto	Arroz Branco Arroz Integral Feijão preto	Arroz Branco Arroz Integral Feijão preto
Guarnição	Batata palha	Batata soute	Moranga caramelada	Massa alho e óleo	Batata gratinada	Salada de maionese
Salada	Alface Abobrinha cozida/tomate Vinagrete	Alface Beterraba cozida Vinagrete	Tomate/Cebola Cenoura cozida Vinagrete	Alface Beterraba Vinagrete	Mix de folhas verdes Chuchu cozido Vinagrete	Alface Cenoura cozida Vinagrete
Sobremesa	Fruta	Gelatina	Flan	Docinho	Pudim	Docinho
Suco	Abacaxi	Laranja	Limão	Uva	Morango	Laranja

JANTAR

	SEGUNDA 16/03	TERÇA 17/03	QUARTA 18/03	QUINTA 19/03	SEXTA 20/03
Prato principal	Sobrecoxa desossada ao vinagrete	Iscas de carne ao molho	Cubos de frango	Almôndega	Bolo de carne moída
Opção Vegetariana	Bolinho de soja	Batata recheada de soja	Proteína com molho branco	Almôndega de soja	Tomate recheado de soja/ovo
Acompanhamento	Arroz Branco Arroz Integral Feijão	Arroz Branco Arroz Integral Feijão	Arroz Branco Arroz Integral Feijão	Arroz Branco Arroz Integral Feijão preto	Arroz Branco Arroz Integral Feijão preto
Guarnição	Massa com tempero verde	Batata doce caramelada	Polenta ao molho	Purê	Moranga caramelada
Salada	Alface Abobrinha cozida/tomate Vinagrete	Alface Beterraba ralada Vinagrete	Tomate/Cebola Cenoura cozida Vinagrete	Alface Beterraba Vinagrete	Mix de folhas verdes Chuchu cozido Vinagrete
Sobremesa	Fruta	Gelatina	Flan	Docinho	Pudim
Suco	Abacaxi	Laranja	Limão	Uva	Morango

CARDÁPIO RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO

UNIPAMPA – SÃO BORJA

ALMOÇO

	SEGUNDA 23/03	TERÇA 24/03	QUARTA 25/03	QUINTA 26/03	SEXTA 27/03	SÁBADO 28/03
Prato principal	Peixe	Strogonoff de frango	Carne de panela	Bisteca ao molho vermelho	Almôndega	Fricassê de frango
Opção Vegetariana	Bolinho de soja	Strogonoff de soja	Hambúrguer de soja	Proteína com legumes	Almôndega de soja	Fricassê de soja
Acompanhamento	Arroz Branco Arroz Integral Feijão	Arroz Branco Arroz Integral Feijão	Arroz Branco Arroz Integral Feijão	Arroz Branco Arroz Integral Feijão preto	Arroz Branco Arroz Integral Feijão preto	Arroz Branco Arroz Integral Feijão preto
Guarnição	Polenta ao molho vermelho	Batata palha	Batata doce	Batata soute	Purê	Salada de maionese
Salada	Pepino c/ tomate Beterraba Vinagrete	Alface Cenoura cozida c/ tempero verde Vinagrete	Alface Beterraba cozida Vinagrete	Alface Repolho/tomate Vinagrete	Repolho Abobrinha cozida Vinagrete	Alface Cenoura cozida Vinagrete
Sobremesa	Fruta	Docinho	Flan	Pudim	Fruta	Docinho
Suco	Morango	Uva	Laranja	Abacaxi	Limão	Uva

JANTAR

	SEGUNDA 23/03	TERÇA 24/03	QUARTA 25/03	QUINTA 26/03	SEXTA 27/03
Prato principal	Bife acebolado	Entrevero	Peito de frango ao molho mostarda	Iscas de carne ao molho sugo	Peixe
Opção Vegetariana	Proteína c/ brócolis ao molho branco	Massa com proteína	Charuto de couve com soja	Bolinho de soja	Hambúrguer de soja
Acompanhamento	Arroz Branco Arroz Integral Feijão	Arroz Branco Arroz Integral Feijão	Arroz Branco Arroz Integral Feijão	Arroz Branco Arroz Integral Feijão preto	Arroz Branco Arroz Integral Feijão preto
Guarnição	Massa à primavera	Macarronese	Moranga caramelada	Polenta	Massa alho e óleo
Salada	Pepino c/ tomate Beterraba Vinagrete	Alface Cenoura cozida c/ tempero verde Vinagrete	Alface Beterraba cozida Vinagrete	Alface Repolho/tomate Vinagrete	Repolho Abobrinha cozida Vinagrete
Sobremesa	Fruta	Docinho	Flan	Pudim	Fruta
Suco	Morango	Uva	Laranja	Abacaxi	Limão

CARDÁPIO RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO

UNIPAMPA – SÃO BORJA

ALMOÇO

	SEGUNDA 30/03	TERÇA 31/03				
Prato principal	Peixe	Entrevero				
Opção Vegetariana	Massa com soja	Soja com couve / ovo				
Acompanhamento	Arroz Branco Arroz Integral Feijão	Arroz Branco Arroz Integral Feijão				
Guarnição	Polenta	Batata soute				
Salada	Pepino c/ tomate Beterraba Vinagrete	Alface Cenoura cozida c/ tempero verde Vinagrete				
Sobremesa	Fruta	Docinho				
Suco	Laranja	Morango				

JANTAR

	SEGUNDA 30/03	TERÇA 31/03			
Prato principal	Carne de panela	Sobrecoxa desossada			
Opção Vegetariana	Soja ao molho branco	Bolinho de soja			
Acompanhamento	Arroz Branco Arroz Integral Feijão	Arroz Branco Arroz Integral Feijão			
Guarnição	Batata doce	Massa ao molho primavera			
Salada	Pepino c/ tomate Beterraba Vinagrete	Alface Cenoura cozida c/ tempero verde Vinagrete			
Sobremesa	Fruta	Docinho			
Suco	Laranja	Morango			