

CARDÁPIO RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO UNIPAMPA – ALEGRETE

ALMOÇO

SEGUNDA 16/03	TERÇA 17/03	QUARTA 18/03	QUINTA 19/03	SEXTA 20/03	SÁBADO 21/03
Lombo ao molho de Barbecue	Chuleta Bovina Acebolada	Sobrecoxa desossada crocante assada	Carne de panela	Carne moída ao sugo	Estrogonofe de Frango
Quibe de soja	Pimentão recheado com soja	Panqueca de soja	Guisado de soja com brócolis	Almôndega de soja	Escondidinho de soja
Arroz Parboilizado + Arroz Integral	Arroz Branco+ Arroz Integral	Arroz Parboilizado + Arroz Integral	Arroz Branco+ Arroz Integral	Arroz Parboilizado + Arroz Integral	Arroz Parboilizado + Arroz Integral
Feijão preto	Feijão preto	Feijão carioca	Feijão preto	Feijão preto	Feijão preto
Mandioca Alho e óleo	Macarronada *CL	Legumes na manteiga	Farofa de Couve	Polenta Cremosa	Batata Palha
Alface	Rúcula	Alface	Mix de folhas	Alface	Radiche
Repolho c/ tomate + vinagrete	Cenoura ralada com tempero verde + vinagrete	Beterraba ralada + vinagrete	Pepino c/ tomate + vinagrete	Beterraba cozida + vinagrete	Mix de cenoura cozida com cebola + vinagrete
Banana	Canjica Caramelizada	Melancia	Gelatina	Creme de Chocolate	Melão
Suco de Morango	Suco de Laranja c/ acerola	Suco de Limão	Suco de pêsego	Suco de tangerina	Suco de uva

*CG – CONTÉM GLÚTEN

*CL – CONTÉM LACTOSE

NUTRICIONISTA: LARISSA BILHALVA – CRN2 : 14802

OBS: CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

CARDÁPIO RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO UNIPAMPA – ALEGRETE

ALMOÇO

SEGUNDA 23/03	TERÇA 24/03	QUARTA 25/03	QUINTA 26/03	SEXTA 27/03	SÁBADO 28/03
Iscas de frango aceboladas	Bife bovino ao molho ferrugem	Carré suíno a napolitana	Sobrecoxa ao molho pomodoro	Filé de peixe assado c/ tomate e cebola	Filé de frango com creme de milho *CL
Guisado de soja com legumes	Quibe de soja	Panqueca de soja*CG	Tomate recheado com soja	Hambúrguer de soja	Bolinho de soja com tempero verde
Arroz Branco + Arroz Integral	Arroz Parboilizado + Arroz Integral	Arroz Branco + Arroz Integral	Arroz Parboilizado + Arroz Integral	Arroz Branco + Arroz Integral	Arroz Parboilizado + Arroz Integral
Feijão carioca	Feijão preto	Feijão preto	Feijão preto	Feijão preto	Feijão preto
Seleta de legumes	Macarronada *CG	Batata doce Assada com ervas finas	Polenta c/ queijo *CL	Farofa de Cebola	Caponata
Alface	Alface	Rúcula	Mix de Folhas	Alface	Alface e Rúcula
Mix de repolho e tomate + Vinagrete	Cenoura cozida + Vinagrete	Repolho com milho + Vinagrete	Pepino c/ tomate + vinagrete	Mix de beterraba com cenoura + Vinagrete	Cenoura ralada com chuchu + Vinagrete
Banana	Gelatina c/ creme	Melão	Sagu	Gelatina	Pudim c/ calda
Suco de Maracujá	Suco de Pêssego	Suco de Tangerina	Suco de Uva	Suco de limão	Suco de Morango

*CG – CONTÉM GLÚTEN

*CL – CONTÉM LACTOSE

NUTRICIONISTA: **LARISSA BILHALVA – CRN2 : 14802**

OBS: CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

CARDÁPIO RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO

UNIPAMPA – ALEGRETE

ALMOÇO

SEGUNDA 30/03	TERÇA 31/03
Bife de Bovino Acebolado	Fricassê de Frango
Hambúrguer de soja	Panqueca de soja*CG
Arroz Parboilizado + Arroz Integral	Arroz Branco + Arroz Integral
Feijão preto	Feijão carioca
Creme de Milho *CL	Farofa de Couve
Alface	Alface
Cenoura c/ repolho + Vinagrete	Pepino + Vinagrete
Pudim	Banana
Suco de Limão	Suco de Laranja c/ acerola

*CG – CONTÉM GLÚTEN

*CL – CONTÉM LACTOSE

NUTRICIONISTA: **LARISSA BILHALVA – CRN2 : 14802**

OBS: CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

CARDÁPIO RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO UNIPAMPA – ALEGRETE

JANTAR

SEGUNDA 30/03	TERÇA 31/03	
Filé de peixe assado ao alho e mostarda	Almondegas ao Sugo	
Charutinho de soja	Pimentão Recheado c/ Soja	
Arroz Parboilizado + Arroz Integral	Arroz Branco + Arroz Integral	
Feijão preto	Feijão carioca	
Abobrinha gratinada	Macarrão ao Alho e Óleo	
Alface	Alface	
Repolho c/ Abacaxi + vinagrete	Cenoura Cozida + vinagrete	
Pudim	Banana	
Suco de Limão	Suco de Laranja c/ acerola	
*CG – CONTÉM GLÚTEN		
*CL – CONTÉM LACTOSE		
NUTRICIONISTA: LARISSA BILHALVA – CRN2 : 14802		<u>OBS: CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES</u>



CARDÁPIO RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO UNIPAMPA – ALEGRETE



DETALHAMENTO DAS PREPARAÇÕES:

Filé de peixe assado ao alho e mostarda: Filé de peixe, sal, alho, cebola, óleo, orégano, mostarda e leite.

Almondegas ao sugo: Carne moída, ovo, farinha de trigo, farinha de rosca, orégano, sal, óleo, extrato de tomate, cebola e tomate.

Charutinho de soja: Proteína de soja, sal, óleo, alho, cheiro verde, tomate e couve folha.

Pimentão recheado de soja: Pimentão verde, orégano, queijo, proteína de soja, cebola, alho, sal e óleo.

Abobrinha gratinada: Abobrinha Itália, sal, cebola, tomate, extrato de tomate e queijo.

Macarrão ao alho e óleo: Macarrão, alho, óleo, sal e orégano.