

UNIVERSIDADE FEDERAL DE ALAGOAS – RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO
CARDÁPIO SEMANAL ALMOÇO (13/04 a 19/04/2015)

PREPARAÇÕES	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
CARNE I	Frango assado com maionese	Frango grelhado	Filé de frango a pizzaiollo	Filé de frango com molho de strogonoff e champignon	Frango assado c/ queijo ralado	Filé de frango na chapa com shoyo	Frango grelhado
CARNE II	Bife ao molho	Strogonoff de carne	Bisteca de porco c/ molho de abacaxi	Carne assada com acebolado e bacon	Peixe frito	Carne de panela c/ batatinha	Guisado misto carne de boi charque calabresa
ARROZ	Arroz com cenoura	Arroz colorido	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz refogado	Arroz branco
FEIJÃO	Feijão carioca / tropeiro	Feijão caseiro	Feijão caseiro	Feijão caseiro	Feijão caseiro	Feijão caseiro	Feijão caseiro / preto
GUARNIÇÃO	Repolho com cenoura refogados Farofa	Maionese c/ passas Farofa	Purê de batata Farofa	Macarrão ao alho e óleo Farofa	Pirão de peixe Farofa	Purê de abóbora Farofa	Legumes sauté Farofa
SALADA	Salada crua (tomate, repolho e alface)	Salada crua (alface, alface roxa, cenoura, acelga, tomate)	Salada refogada (couve, repolho, cenoura)	Salada crua (alface, beterraba, pepino, tomate)	Legumes <i>sauté</i> (batatinha, cenoura, chuchu, repolho, azeite, coentro e cebolinha picada)	Salada crua (tomate e alface)	Salada crua (pepino, alface, tomate)
SUCO	Polpa de fruta	Polpa de fruta	Polpa de fruta	Polpa de fruta	Polpa de fruta	Polpa de fruta	Polpa de fruta
SOBREMESA	Laranja	Melancia	Abacaxi	Maçã	Melão	Laranja	Goiabada
VEGETARIANO	Torta de legumes	Strogonoff de soja	Quibe assado	Panqueca de soja	<i>Suflé</i> de legumes	Almôndega de soja	Legumes sauté

UNIVERSIDADE FEDERAL DE ALAGOAS - RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO
CARDÁPIO SEMANAL NOTURNO - 13 A 17/ 04/ 15

2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
SOPA FEIJÃO RU MISTO QUEIJO SAND.DIA: AMERICANO	SOPA FEIJÃO e CANJA RU = 60 MISTO = 15 QUEIJO = 03 SAND.DIA: X-FRANGO = 40	SOPA FEIJÃO RU = 60 MISTO = 15 QUEIJO = 03 SAND.DIA: NATURAL = 50	SOPA FEIJÃO e CREMOSA RU = 60 MISTO = 15 QUEIJO = 03 SAND.DIA: X-BACON = 40	SOPA FEIJÃO RU = 50 MISTO = 15 QUEIJO = 03 SAND.DIA: CACH.QTE
TORTA SALGADA : MISTA /FRANGO/SARDINHA	TORTA SALGADA : MISTA /FRANGO/SARDINHA	TORTA SALGADA : MISTA /FRANGO/SARDINHA	TORTA SALGADA : MISTA /FRANGO/SARDINHA	TORTA SALGADA : MISTA /EMPADÃO DE FRANGO
SALGADOS: Pão pizza Risole (frango, misto)	SALGADOS: Croissant Coxinha	SALGADOS: Pastel (carne, misto) =120 Risole (frango, queijo) = 150	SALGADOS: Boliviano = 150 Risole (carne, misto) = 120	SALGADOS: Croissant Coxinha
BOLOS: Chocolate Cenoura	BOLOS: Formigueiro Coco	BOLOS: Mesclado Limão	BOLOS: Chocolate Laranja	BOLOS: Formigueiro Branco c/ cobert.ameixa
PRATO DO DIA: Macaxeira/ Cuscuz Galinha guisada Bife na chapa acebolado	PRATO DO DIA: Batata-doce/ Cuscuz Charque acebolado Galinha guisada	PRATO DO DIA: Baião de dois Ou Cuscuz c/ mexidinho	PRATO DO DIA: Batata-doce/ Macaxeira Calabresa acebolada Filé frango na chapa	PRATO DO DIA: Inhame/ Cuscuz Galinha guisada Carne guisada
BEBIDAS : SUCO REFRIGERANTE CAFÉ C/ E S/ LEITE IOGURTE ACHOCOLATADO	BEBIDAS : SUCO REFRIGERANTE CAFÉ C/ E S/ LEITE IOGURTE ACHOCOLATADO	BEBIDAS : SUCO REFRIGERANTE CAFÉ C/ E S/ LEITE IOGURTE ACHOCOLATADO	BEBIDAS : SUCO REFRIGERANTE CAFÉ C/ E S/ LEITE IOGURTE ACHOCOLATADO	BEBIDAS : SUCO REFRIGERANTE CAFÉ C/ E S/ LEITE IOGURTE ACHOCOLATADO
Vegetarianos: <i>Sopa de legumes</i> <i>Pão com recheio de queijo</i> <i>Soja c/ legumes p/ regional</i>	Vegetarianos: <i>Sopa de legumes</i> <i>Croissant de queijo</i> <i>Ovos mexidos p/ regional</i>	Vegetarianos: <i>Sopa de legumes</i> <i>Pastel queijo</i> <i>Bife de soja + arroz (regional)</i>	Vegetarianos: <i>Sopa de legumes</i> <i>Risole de queijo</i> <i>Bolinho de soja p/ regional</i>	Vegetarianos: <i>Sopa de legumes</i> <i>Croissant de queijo</i> <i>Torta de legumes p/ regional</i>

- Cardápios sujeitos a alterações.
- No jantar, as opções estarão disponíveis enquanto durar a quantidade produzida.

Milena de Castro Fernandes
Nutricionista Coordenadora do RU/UFAL