

## ALMOÇO



Universidade Federal  
de São João del-Rei

CARDÁPIO RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO - UFSJ CCO  
MÊS SETEMBRO 2024



Data	DIA	Horário	PRATO PRINCIPAL	OVOS	VEGETARIANO	GUARNIÇÃO	SALADA 1	SALADA 2	ARROZ	FEIJÃO	SOBREMESA	SUCO
1-set.-24	dom											
2-set.-24	seg	Almoço	Carne moída c/ cenoura	Fritos / Cozidos	Carne moída de Soja	Angú ao Sugo	Alface	Tomate	Simples / Integral	Tutu de feijão	Doce Pé de Moleque/Maçã	Mamão
3-set.-24	ter	Almoço	Bife Suíno Acebolado	Fritos / Cozidos	Grão Xadrez	Canjiquinha com tomate	Couve	Beterraba Ralada	Simples / Integral	Carioca	Salada de Frutas/Laranja	Limão
4-set.-24	qua	Almoço	Frango Caipira	Fritos / Cozidos	Bolinho de Espinafre	Macarronada	Mix de folhas	Cenoura Ralada	Simples / Integral	Preto	Doce de Banana Caramelado/ Mamão	Melão c/ hortelã
5-set.-24	qui	Almoço	Escondidinho de peixe	Fritos / Cozidos	Farofa de Triguilho c/ passas	Chuchu refogado	Almeirão	Vinagrete	Simples / Integral	Carioca	Melancia	Abacaxi
6-set.-24	sex	Almoço	Filé de Frango Grelhado	Fritos / Cozidos	Quibe de bandeja	Parafuso ao Sugo	Mix de folhas	Batata Doce	Simples / Integral	Preto	Melão	laranja
7-set.-24	sab											
8-set.-24	dom											
9-set.-24	seg	Almoço	Fígado Iscas	Fritos / Cozidos	Grão xadrez	Purê de Batata	Mix de folhas	Tomate	Simples / Integral	Carioca	Maça	Melancia c/ Hortelã
10-set.-24	ter	Almoço	Carne de Panela	Fritos / Cozidos	Lentilha c/ legumes	Mandioca Ensopada	Acelga	Chuchu	Simples / Integral	Carioca Batido	Pudim de Chocolate/ Salada de frutas	Limão
11-set.-24	qua	Almoço	Fricassê de Frango	Fritos / Cozidos	Fricassê de soja	Palha francesa (repolho, cenoura, batata)	Mix de folhas	Berinjela c/ Óregano	Simples / Integral	Tutu de feijão	Doce de Abóbora / Laranja	Melão
12-set.-24	qui	Almoço	Cubos Suíno	Fritos / Cozidos	Lentilha c/ Batata	Macarrão ao Alho e Óleo	Alface	Cenoura Ralada	Simples / Integral	Preto	Banana	Laranja
13-set.-24	sex	Almoço	Filé de Frango a Milanese	Fritos / Cozidos	Lasanha de abobrinha	Legumes Saute	Couve	Beterraba Cozida	Simples / Integral	vermelho	Gelatina de Morango/ Melão	Mamão
14-set.-24	sab											
15-set.-24	dom											

# ALMOÇO

16-set.-24	seg	Almoço	Isca Bovina Acebolada	Fritos / Cozidos	Croquete de quinoa	Chuchu Tropeiro	Acelga	Tomate	Simples / Integral	Preto	Laranja	Melancia
17-set.-24	ter	Almoço	Filé de Frango Grelhado	Fritos / Cozidos	lentilhas com legumes	Quibebe de Abóbora	Alface c/ Laranja	Berinjela c/ Óregano	Simples / Integral	Tutu de feijão	Bolo / mamão	laranja
18-set.-24	qua	Almoço	Bife Suino Acebolado	Fritos / Cozidos	Almondegas de Soja	Macarronada	Mostrada	Abobrinha	Simples / Integral	vermelho	Arroz Doce/ Melancia	Mamão c/ Laranja
19-set.-24	qui	Almoço	Frango Assado	Fritos / Cozidos	Hamburguer de abóbora c/ aveia e linhaça	Mandioca Ensopada	Almeirão	Chuchu	Simples / Integral	Carioca Batido	Laranja	Melão c/ hortelã
20-set.-24	sex	Almoço	Strogonoff de frango	Fritos / Cozidos	Fricassê de soja	Creme de Milho	Mix de folhas	Cenoura c/ passas	Simples / Integral	Preto	Paçoca/Banana	Limão
21-set.-24	sab											
22-set.-24	dom											
23-set.-24	seg	Almoço	Picadinho suino	Fritos / Cozidos	Croquete de feijão branco	Chuchu Tropeiro	alface	Beterraba Ralada	Simples / Integral	vermelho	Doce de Abóbora/ Maçã	Maracuja
24-set.-24	ter	Almoço	Carne Moida A Primavera	Fritos / Cozidos	Hamburguer de abóbora c/ aveia e linhaça	Espaguete ao alho e óleo	Almeirão	Berinjela c/ Óregano	Simples / Integral	Tutu de feijão	Mamão	laranja
25-set.-24	qua	Almoço	Frango Caipira	Fritos / Cozidos	Grão de bico c/ legumes	Angú ao Sugo	Alface c/ Mostarda	Beterraba Cozida	Simples / Integral	Carioca	Pudim de Chocolate/ Banana	Melão c/ hortelã
26-set.-24	qui	Almoço	Feijoada	Fritos / Cozidos	Feijoada Vegana	Fafora dourada	Acelga	Tomate	Simples / Integral	Preto	Gelatina de Limão/ laranja	Limão
27-set.-24	sex	Almoço	Bife Suíno Acebolado	Fritos / Cozidos	Lentilha c/ batata	Repolho Búlgaro	Mix de folhas	Cenoura Ralada	Simples / Integral	Carioca	Pé de Moleque/ Maçã	Melancia
28-set.-24	sab											
29-set.-24	dom											
30-set.-24	seg	Almoço	Fricassê de Frango	Fritos / Cozidos	Almondegas de grão de bico ao molho	Legumes saute	Mix de Folhas	Tomate	Simples / Integral	carioca	Melancia	limão
1-out.-24	ter	Almoço	Carne Moida c/ Batata	Fritos / Cozidos	Croquete de lentilha	Parafuso ao Sugo	Alface c/ Laranja	Pepino c/ salsa	Simples / Integral	Tutu de feijão	Bolo/ Melão	Melancia