

CARDÁPIO RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO CAP- UFSJ OURO BRANCO MAIO DE 2024

DATA	PRATO PRINCIPAL	OVOS	VEGETARIANO	GUARNIÇÃO	ARROZ	FEIJÃO	SALADA 1	SALADA 2	SUCO	SOBREMESA
01 QUARTA ALMOÇO	FERIADO									
JANTAR										
02 QUINTA ALMOÇO	LOMBO	FRITO/COZIDO	LENTILHA AO SUGO	FAROFA DE BANANA	BRANCO / INTEGRAL	VERMELHO	ALMEIRÃO	BETERRABA RALADA	LIMAO	MELANCIA
JANTAR	SASSAMI GRELHADO	FRITO/COZIDO	CROQUETE DE ERVILHA	REPOLHO REFOGADO	BRANCO / INTEGRAL	VERMELHO	ALMEIRÃO	TABULE	LIMAO	GELATINA DE MARACUJA/ MAÇA
03 SEXTA ALMOÇO	SOBRECOXA ASSADA	FRITO/COZIDO	ABOBRINHA RECHEADA C/ ERVILHA	BATATA SAUTE	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	REPOLHO PRIMAVERA	TABULE	ABACAXI	BOLO DE CHOCOLATE/LARANJA
JANTAR	PEIXE FRITO NO FUBÁ	FRITO/COZIDO	KIBE DE AVEIA E GRAO DE BICO	PIRÃO DE LEGUMES	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	REPOLHO PRIMAVERA	BETERRABA COZIDA	ABACAXI	BANANINHA/MAÇA
06 SEGUNDA	CARNE MOIDA	FRITO/COZIDO	ALMONDEGA DE FEIJÃO BRANCO AO SUGO	PARAFUSO AO SUGO	BRANCO / INTEGRAL	PRETO	ALFACE	PEPINO RODELAS	LARANJA	GOIABADA CREMOSA/MAÇA
SEGUNDA JANTA	LOMBO AO BARBECUE	FRITO/COZIDO	BOLINHO DE AVEIA C/LENTILHA	CENOURA SAUTE	BRANCO / INTEGRAL	PRETO	ALFACE	BETERRABA RALADA	LARANJA	BANANA
07 TERÇA FEIRA	FEIJOADA	FRITO/COZIDO	FEIJOADA VEGETARIANA	FAROFA DOURADA	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	COUVE	CHUCHU C/ CHEIRO VERDE	ABACAXI	PUDIM DE CHOCOLATE/
TERÇA JANTA	STROGONOFF DE FRANGO	FRITO/COZIDO	STROGONOFF DE GRÃO DE BICO COM VAGEM	BATATA SAUTE	BRANCO/INT EGRAL	CARIOCA	COUVE	ANTEPASTO DE BERINJELA	ABACAXI	ARROZ DOCE
08 QUARTA FEIRA	LASANHA DE FRANGO	FRITO/COZIDO	LASANHA DE PTS	REPOLHO REFOGADO	BRANCO / INTEGRAL	VERMELHO	ALMEIRÃO	TABULE	LIMÃO	MELANCIA
JANTAR	CARNE DE PANELA	FRITO/COZIDO	CROQUETE DE ORA PRO NOBIS E LINHAÇA	POLENTA	BRANCO / INTEGRAL	VERMELHO	ALMEIRÃO	BETERRABA COZIDA	LIMÃO	MAÇA
09 QUINTA ALMOÇO	SOBRECOXA	FRITO/COZIDO	QUIBE DE CENOURA E ESPINAFRE	CHUCHU REFOGADO	BRANCO / INTEGRAL	PRETO	COUVE	CENOURA RALADA	MELANCIA	LARANJA
JANTAR	CUBOS SUINO	FRITO/COZIDO	FEIJAO BRANCO COM MORANGA	ABOBRINHA A MODA	BRANCO / INTEGRAL	PRETO	COUVE	TOMATE CUBOS	MELANCIA	BOLO DE COCO/BANANA
10 SEXTA ALMOÇO	ISCA BOVINA	FRITO/COZIDO	GRÃO DE BICO XADREZ	MANDIOCA ENSOPADA	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	ALFACE	VINAGRETE	LIMÃO	MAÇA
JANTAR	FRANGO GRELHADO	FRITO/COZIDO	TOMATE RECHEADO COM PTS	PARAFUSO ALHO E ÓLEO	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	ALFACE	CENOURA COZIDA	LIMÃO	PAÇOCA/MELANCIA
13 SEGUNDA	CARNE DE PANELA	FRITO/COZIDO	LENTILHA AO SUGO	VIRADO DE CENOURA	BRANCO / INTEGRAL	PRETO	ALFACE	PEPINO COM TOMATE	MARACUJA	MAÇA
JANTAR	SOBRECOXA ASSADA	FRITO/COZIDO	BOLINHO DE FEIJAO	REPOLHO REFOGADO	BRANCO / INTEGRAL	PRETO	ALFACE	BETERRABA COZIDA	MARACUJA	COCADA CREMOSA/BANANA
14 TERÇA ALMOÇO	PEIXE FRITO NO FUBÁ	FRITO/COZIDO	FEIJAO BRANCO COM MORANGA	PIRÃO DE LEGUMES	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	ALMEIRÃO	CENOURA RALADA	ABACAXI	DOCE DE LEITE CREMOSO/ LARANJA
JANTAR	ISCA BOVINA ACEBOLADO	FRITO/COZIDO	HAMBURGUER DE PTS	CHUCHU BULGARO	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	ALMEIRÃO	BATATA DOCE	ABACAXI	MELANCIA

15 QUARTA ALMOÇO	BIFE DE PORCO	FRITO/COZIDO	BOLINHO DE AVEIA COM ESPINAFRE	COUVE REFOGADA	BRANCO / INTEGRAL	TROPEIRO	ALFACE	TOMATE EM RODELAS	LIMÃO	LARANJA
JANTAR	FRANGO GRELHADO	FRITO/COZIDO	GRÃO DE BICO AO SUGO	LEGUMES SAUTE	BRANCO / INTEGRAL	VERMELHO	ALFACE	BETERRABA RALADA	LIMÃO	GELATINA DE LIMÃO/MAÇA
16 QUINTA ALMOÇO	CUBOS MISTO	FRITO/COZIDO	PTS AO VINAGRETE AO SUGO	POLENTA CREMOSA	BRANCO / INTEGRAL	PRETO	REPOLHO	CAPONATA DE BERINGELA	MELANCIA	GELEIA COLORIDA/MAÇA
QUINTA JANTA	PEIXE FRITO NO FUBÁ	FRITO/COZIDO	CROQUETE ORA PRO NOBIS E LINHAÇA	PURÊ DE BATATA	BRANCO / INTEGRAL	PRETO	REPOLHO	CENOURA RALADA	MELANCIA	LARANJA
17 SEXTA ALMOÇO	SOBRECOXA ASSADA	FRITO/COZIDO	ABOBRINHA RECHEADA C/ MILHO ERVILHA E FEIJAO FRADINHO	QUIBEDE DE ABOBORA	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	COUVE	CHUCHU COZIDO	LIMÃO	GELATINA DE MARACUJA/ MAÇA
SEXTA JANTA	CARNE MOIDA	FRITO/COZIDO	QUIBE DE CENOURA	ESPAGUETE ALHO À PRIMAVERA	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	COUVE	BETERRABA RALADA	LIMÃO	MELANCIA
20 SEGUNDA	CARNE MOIDA	FRITO/COZIDO	SOJA EM GRÃO AO SUGO	PENNE AO PESTO	BRANCO / INTEGRAL	PRETO	ALFACE	PEPINO COM TOMATE	MARACUJA	MAÇA
SEGUNDA JANTA	SOBRECOXA ASSADA	FRITO/COZIDO	BOLINHO DE FEIJAO	CANJIQUEINHA	BRANCO / INTEGRAL	PRETO	ALFACE	CENOURA COZIDA	MARACUJA	COCADA CREMOSA/BANANA
21 TERÇA ALMOÇO	FRICASSÊ DE FRANGO	FRITO/COZIDO	FRICASSE DE GRÃO DE BICO	CHUCHU REFOGADO	BRANCO / INTEGRAL	VERMELHO	ALMEIRÃO	BETERRABA COZIDA	LIMÃO	DOCE DE LEITE CREMOSO/ LARANJA
TERÇA JANTA	LOMBO ASSADO	FRITO/COZIDO	FEIJÃO BRANCO COM MORANGA	FAROFA DE BANANA	BRANCO / INTEGRAL	VERMELHO	ALMEIRÃO	BERINGELA À CAMPANHA	LIMÃO	MAÇA
22 QUARTA ALMOÇO	BIFE DE PORCO	FRITO/COZIDO	MIX DE GRÃOS	POLENTA CREMOSA	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	ALFACE	TOMATE EM RODELAS	ABACAXI	MELANCIA
QUARTA JANTA	LASANHA À BOLONHESA	FRITO/COZIDO	LASANHA DE PTS	CENOURA SAUTTE	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA BATIDO	ALFACE	BETERRABA RALADA	ABACAXI	GELATINA DE LIMÃO/MAÇA
23 QUINTA ALMOÇO	CARNE DE PANELA	FRITO/COZIDO	BOLINHO DE AVEIA	QUIBEDE MORANGA	BRANCO / INTEGRAL	PRETO	REPOLHO	CENOURA RALADA	LARANJA	GELEIA COLORIDA/BANANA
QUINTA JANTA	PARMEGIANA DE FRANGO	FRITO/COZIDO	CROQUETE DE ORA PRO NOBIS E LINHAÇA	CREME DE MILHO	BRANCO / INTEGRAL	PRETO	REPOLHO BICOLOR	PEPINO RODELAS	LARANJA	GOIABADA CREMOSA/
24 SEXTA ALMOÇO	LARGATO AO MOLHO	FRITO/COZIDO	LENTILHA AO SUGO	TALHARIM AO MOLHO	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	COUVE	CHUCHU C/ MILHO	LIMÃO	BOLO DE CHOCOLATE/LARANJA
SEXTA JANTA	PEIXE FRITO	FRITO/COZIDO	GRAO DE BICO XADREZ	PIRÃO DE LEGUMES	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA BATIDO	COUVE	TABULE AO VINAGRETE	LIMÃO	BANANA/PE DE MOLEQUE
27 SEGUNDA	CUBOS SUINOS	FRITO/COZIDO	BOLINHO DE FEIJÃO	CANJIQUEINHA A MODA	BRANCO / INTEGRAL	PRETO	REPOLHO A PRIMAVERA	BETERRABA RALADA	LIMÃO	GELEIA COLORIDA/LARANJA
SEGUNDA JANTA	CARNE MOIDA A MODA	FRITO/COZIDO	CROQUETE DE ORA PRO NOBIS E LINHAÇA	ESPAGUETE ALHO E OLEO	BRANCO / INTEGRAL	PRETO	REPOLHO BICOLOR	PEPINO AO VINAGRETE	LIMÃO	GOIABADA CREMOSA/
28 TERÇA ALMOÇO	FILE DE FRANGO GRELHADO	FRITO/COZIDO	MIX DE GRAO AO SUGO	REPOLHO REFOGADO	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	ALFACE	CHUCHU COZIDO	LARANJA	GELATINA PESSEGO / MAÇA
TERÇA JANTA	CARNE DE PANELA	FRITO/COZIDO	TOMATE RECHEADO COM PTS	MANDIOCA ENSOPADA	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	ALFACE	CENOURA COZIDA	LARANJA	MELANCIA
29 QUARTA ALMOÇO	CARNE MOIDA	FRITO/COZIDO	PTS AO SUGO	POLENTA CREMOSA	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	COUVE	PEPINO	LIMÃO	MELANCIA
JANTAR	SOBRECOXA ASSADA	FRITO/COZIDO	BOLINHO DE AVEIA COM ESPINAFRE	ABOBRINHA REFOGADA	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	COUVE	CENOURA COZIDA	LIMÃO	ARROZ DOCE/BANANA

30 QUINTA ALMOÇO	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO
JANTAR	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO
31 QUINTA ALMOÇO	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO
JANTAR	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO
OBSERVAÇÕES: É permitida ao usuário a repetição das opções: arroz, feijão, guarnição e saladas.										