

CARDÁPIO RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO UFSJ CAMPUS CTAN MÊS DE SETEMBRO/2024

ATTITIO	nração										
DATA	HORÁRIO	PRATO PRINCIPAL	ovos	VEGETARIANO	GUARNIÇÃO	ARROZ	FEIJÃO	SALADA 1	SALADA 2	suco	SOBREMESA
02/09 SECUNDA	ALMOÇO	CUBO SUINO AO MOLHO BARBECUE	FRITO/COZIDO	NUGGETS DE MILHO COM QUINOA	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO	BRANCO / INTEGRAL	VERMELHO	ALFACE CRESPA	PEPINO C/TOMATE	LARANJA	MELANCIA
SEGUNDA - FEIRA	JANTAR	ISCA DE FRANGO ACEBOLADO	FRITO/COZIDO	LENTILHA AO SUGO	CENOURA SAUTÊ	BRANCO / INTEGRAL	VERMELHO	ALFACE CRESPA	BETERRABA RALADA	LARANJA	MAÇÃ/PÉ DE MOLEQUE
03/09 TERÇA FEIRA	ALMOÇO	PEIXE ENSOPADO	FRITO/COZIDO	MIX DE GRÃOS (ERVILHA, MILHO, FEIJÃO BRANCO)	ABOBRINHA AO ALHO E CHIMICHURRI	BRANCO / INTEGRAL	PRETO	COUVE	CENOURA RALADA	ABACAXI	BANANA/DOCE DE LEITE CREMOSO
	JANTAR	CARNE BOVINA COZIDA	FRITO/COZIDO	PTS C/ VAGEM E BRÓCOLIS	REPOLHO REFOGADO	BRANCO / INTEGRAL	PRETO	COUVE	TABULE	ABACAXI	LARANJA
04/09 QUARTA FEIRA	ALMOÇO	SOBRECOXA CROCANTE	FRITO/COZIDO	FEIJÃO BRANCO C/ QUINOA E MORANGA	FAROFA COLORIDA	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	ALMEIRÃO	PEPINO EM RODELAS	MELANCIA	MAÇÃ/PAÇOCA
	JANTAR	CUBO SUINO ACEBOLADO	FRITO/COZIDO	BATATA BAROA C/VAGEM E MILHO	CANJIQUINHA	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	ALMEIRÃO	CAPONATA DE BERINJELA	MELANCIA	BANANA/GELATINA DE PESSEGO
05/09 QUINTA FEIRA	ALMOÇO	CARNE MOIDA C/MILHO	FRITO/COZIDO	QUIBE ASSADO DE AVEIA C/ ORO PRO NÓBIS	ANGU	BRANCO / INTEGRAL	VERMELHO	MIX DE REPOLHO E AGRIÃO	BETERRABA COZIDA	LARANJA	MELANCIA/GELATINA DE CERELA
	JANTAR	LASANHA DE FRANGO	FRITO/COZIDO	LASANHA DE ABOBRINHA	CENOURA À JULIENNE	BRANCO / INTEGRAL	VERMELHO	MIX DE REPOLHO E AGRIÃO	PEPINO C/TOMATE	LARANJA	MAÇÃ
06/09 SEXTA FEIRA	ALMOÇO	FEIJOADA	FRITO/COZIDO	FEIJOADA VEGANA	FAROFA DE CEBOLA	BRANCO / INTEGRAL	PRETO	COUVE	VINAGRETE	LIMÃO	BANANA/ GELATINA DE MORANGO
	JANTAR	ISCA SUINA ACEBOLADA	FRITO/COZIDO	PAELLA VEGANA	ABOBRINHA REFOGADA	BRANCO / INTEGRAL	PRETO	COUVE	CENOURA COZIDA	LIMÃO	MELANCIA/BANANADA
07/09 SÁBADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO
				~	~	BRANCO /		~			
09/09 SEGUNDA	ALMOÇO	FRANGO XADREZ	FRITO/COZIDO	GRÃO DE BICO XADREZ	MACARRÃO AO PESTO	INTEGRAL	CARIOCA	ALMEIRÃO	BETERRABA RALADA	MELANCIA	LARANJA/BANANADA
FEIRA	JANTAR	MOQUECA DE PEIXE	FRITO/COZIDO	MIX DE BATATA BAROA C/ FEIJÃO BRANCO BRÓCOLIS E CHIA	FAROFA DE BANANA	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	ALMEIRÃO	TOMATE EM RODELAS	MELANCIA	MAÇÃ
10/09 TERÇA FEIRA	ALMOÇO	STROGONOFF BOVINO	FRITO/COZIDO	STROGONOFF DE ERVILHA C/ALHO PORÓ	CENOURA SAUTÊ	BRANCO / INTEGRAL	VERMELHO	MIX DE ALFACE E RÚCULA	CAPONATA DE BERINJELA	LARANJA	MELANCIA
	JANTAR	FRICASSÊ DE FRANGO	FRITO/COZIDO	FRICASSÊ DE GRÃO DE BICO	REPOLHO BÚLGARO	BRANCO / INTEGRAL	VERMELHO	MIX DE ALFACE E RÚCULA	PEPINO C/MILHO	LARANJA	BANANA/ ARROZ DOCE
11/09 QUARTA FEIRA	ALMOÇO	LASANHA DE FRANGO	FRITO/COZIDO	LASANHA DE BERINJELA	ABOBRINHA REFOGADA	BRANCO / INTEGRAL	PRETO	COUVE	CENOURA RALADA	ABACAXI C/ HORTELÂ	MAÇÃ
	JANTAR	ISCA BOVINA C/ PIMENTÕES	FRITO/COZIDO	GRÃO DE BICO C/ VAGEM E BRÓCOLIS	CANJIQUINHA	BRANCO / INTEGRAL	PRETO	COUVE	VINAGRETE	ABACAXI C/ HORTELÂ	LARANJA/GELATINA DE LIMÃO
12/09 QUINTA FEIRA	ALMOÇO	CARNE DE PANELA	FRITO/COZIDO	BATATA BAROA ERVILHA E FEIJÃO BRANCO	CREME DE MILHO	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	REPOLHO VERDE E ROXO	BETERRABA COZIDA	MARACUJÁ	BANANA/PAÇOCA
	JANTAR	SOBRECOXA CROCANTE	FRITO/COZIDO	PTS C/MILHO E COUVE FLOR	POLENTA TEMPERADA	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	REPOLHO VERDE E ROXO	PEPINO EM RODELAS	MARACUJÁ	MAÇÃ/ PUDIM DE CHOCOLATE
13/09 SEXTA	ALMOÇO	PICADINHO SUINO	FRITO/COZIDO	QUIBE DE ABÓBORA, MILHO E ORO PRO NOBIS	PURÊ DE BATATA	BRANCO / INTEGRAL	PRETO	COUVE	CENOURA COZIDA	LIMÃO	MELANCIA/ DOCE DE LEITE CREMOSO
FEIRA	JANTAR	FEIJOADA	FRITO/COZIDO	CASSOULET VEGANO	FAROFA DE CEBOLA	BRANCO / INTEGRAL	PRETO	COUVE	VINAGRETE	LIMÃO	LARANJA/PAÇOCA
14/09	ALMOÇO	ISCA DE FRANGO AO	FRITO/COZIDO	TOMATE RECH.QUINOA,MILHO E AZEITONA	REPOLHO BÚLGARO	BRANCO / INTEGRAL	VERMELHO	ALMEIRÃO	PEPINO C/TOMATE	LARANJA	MAÇÃ/ BOLO DE CHOCOLATE

46/22	ALMOCO	CUBO SUÍNO AO	FRITO/COZIDO	ABOBRINHA RECHEADA C/QUINOA,	CANJIQUINHA	BRANCO /	VERMELHO	ALFACE	BETERRABA RALADA	MELANCIA	LARANJA
16/09 SEGUNDA FEIRA	ALIVIOÇO	CURRY	FKITO/COZIDO	TOMATE E MILHO QUIBE DE AVEIA COM ORO PRO	CANDIQUINITA	INTEGRAL BRANCO /	VERIVIELIO	ALFACE	BLIERRADA RALADA	IVILLANCIA	LANAIVIA
	JANTAR	STROGONOFF BOVINO	FRITO/COZIDO	NOBIS	CENOURA SAUTE	INTEGRAL	VERMELHO	ALFACE	PEPINO COM MILHO	MELANCIA	MAÇÃ
17/09 TERÇA FEIRA 18/09 QUARTA	ALMOÇO	CARNE MOIDA C/CENOURA	FRITO/COZIDO	FEIJÃO BRANCO C/ VAGEM, MORANGA E COUVE FLOR	ABOBRINHA AO ALHO E CHIMICHURRI	BRANCO / INTEGRAL	PRETO	COUVE	TABULE	LARANJA	MELANCIA/PUDIM DE CHOCOLATE
	JANTAR	CUBOS MISTOS	FRITO/COZIDO	LENTILHA AO SUGO	VIRADO DE CEBOLA	BRANCO / INTEGRAL	PRETO	COUVE	ABOBRINHA COZIDA	LARANJA	BANANA
	ALMOÇO	SOBRECOXA ASSADA	FRITO/COZIDO	FRICASSÊ DE GRÃO DE BICO	FAROFA CROCANTE	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	MIX DE REPOLHO E AGRIÃO	CENOURA RALADA	ABACAXI	MAÇÃ
19/09 QUINTA FEIRA 20/09 SEXTA FEIRA	JANTAR	CARNE MOIDA C/MILHO	FRITO/COZIDO	ESTROGONOFE DE ERVILHA COM ALHO PORÓ	ANGU	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	MIX DE REPOLHO E AGRIÃO	BERINJELA COM TOMATE	ABACAXI	LARANJA/PUDIM DE CARAMELO
	ALMOÇO	CARNE DE PANELA	FRITO/COZIDO	BOLINHO DE LENTILHA C/ CHIMICHURRI	BATATA SAUTÊ	BRANCO / INTEGRAL	VERMELHO	ALMEIRÃO	TOMATE EM RODELAS	MARACUJÁ	BANANA/GELATINA DE LIMÃO
	JANTAR	ISCA SUINA ACEBOLADA	FRITO/COZIDO	GRÃO DE BICO XADREZ	MACARRÃO AO PESTO	BRANCO / INTEGRAL	VERMELHO	ALMEIRÃO	VINAGRETE	MARACUJÁ	MAÇÃ
	ALMOÇO	PEIXE FRITO NO FUBÁ	FRITO/COZIDO	STROGONOFF DE GRÃOS (ERVILHA, GRAO DE BICO E LINHAÇA)	CENOURA Á JULIENNE	BRANCO / INTEGRAL	PRETO	MIX DE ALFACE E RÚCULA	BETERRABA COZIDA	LARANJA	MELANCA
	JANTAR	SOBRECOXA CROCANTE	FRITO/COZIDO	LENTILHA COM TOMATE E BRÓCOLIS	FAROFA DOURADA	BRANCO / INTEGRAL	PRETO	MIX DE ALFACE E RÚCULA	CENOURA COZIDA	LARANJA	BANANA/DOCE DE LEITE CREMOSO
21/09 SÁBADO	ALMOÇO	FRANGO XADREZ	FRITO/COZIDO	FEIJÃO BRANCO C/ BRÓCOLIS E VAGEM	CREME DE MILHO	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	COUVE	PEPINO C/TOMATE	MELANCIA	LARANJA/PUDIM DE CARAMELO
		1001 001 1111 10									
23/09 SEGUNDA FEIRA 24/09 TERÇA	ALMOÇO	ISCA BOVINA AO MOLHO MADEIRA	FRITO/COZIDO	ÃO BRANCO C/ BATATA BAROA E ERVIL	MACARRÃO À PRIMAVERA	BRANCO / INTEGRAL	VERMELHO	ALFACE VERDE E ROXA	BETERRABA RALADA	MARACUJÁ	MAÇÃ
	JANTAR	PEIXE FRITO NO FUBÁ	FRITO/COZIDO	PAELLA VEGANA	ABOBRINHA AO ALHO E CHIMICHURRI	BRANCO / INTEGRAL	VERMELHO	ALFACE VERDE E ROXA	CAPONATA DE BERINJELA	MARACUJÁ	MELANCIA
	ALMOÇO	CUBO SUINO AO BARBECUE	FRITO/COZIDO	GRÃO DE BICO XADREZ	CREME DE ESPINAFRE	BRANCO / INTEGRAL	PRETO	ALMEIRÃO	CENOURA COZIDA	ABACAXI	BANANA/ARROZ DOCE
FEIRA	JANTAR	SOBRECOXA ASSADA	FRITO/COZIDO	ABOBRINHA RECHEADA COM QUINOA, TOMATE E MILHO	ANGU AO SUGO	BRANCO / INTEGRAL	PRETO	ALMEIRÃO	BETERRABA COZIDA	ABACAXI	LARANJA
25/09 QUARTA	ALMOÇO	STROGONOFF BOVINO	FRITO/COZIDO	STROGONOFF DE ERVILHA E ALHO PORÓ	ABOBRINHA SAUTÊ	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	COUVE	PEPINO EM CUBOS	LARANJA	MELANCIA
FEIRA	JANTAR	BIFE SUÍNO ACEBOLADO	FRITO/COZIDO	PTS COM MILHO E COUVE FLOR	FAROFA DOURADA	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	COUVE	ABOBRINHA COZIDA	LARANJA	BANANA/ DOCE DE LEITE
26/09 QUINTA	ALMOÇO	CHURRASCO MISTO	FRITO/COZIDO	FEIJÃO BRANCO C/ MILHO, LENTILHA E BRÓCOLIS	VIRADO DE COUVE	BRANCO / INTEGRAL	VERMELHO	REPOLHO VERDE E ROXO	VINAGRETE	LIMÃO	LARANJA
FEIRA	JANTAR	FRICASSÊ DE CARNE MOIDA	FRITO/COZIDO	FRICASSE DE GRÃO DE BICO	ABOBRINHA AO ALHO	BRANCO / INTEGRAL	VERMELHO	REPOLHO VERDE E ROXO	CENOURA COZIDA	LIMÃO	MAÇÃ/ GOIABADA CREMOSA
27/09 SEXTA	ALMOÇO	FRANGO COM QUIABO	FRITO/COZIDO	TOMATE RECHEADO C/ PTS E MILHO	POLENTA TEMPERADA	BRANCO / INTEGRAL	PRETO	ALMEIRÃO	CENOURA RALADA	MELANCIA	BANANA
FEIRA	JANTAR	CARNE BOVINA COZIDA	FRITO/COZIDO	MIX DE BAROA, FEIJÃO BRANCO E CHIA	REPOLHO BULGARO	BRANCO / INTEGRAL	PRETO	ALMEIRÃO	PEPINO COM MILHO	MELANCIA	LARANJA/ GELATINA DE LIMÃO
28/09 SÁBADO	ALMOÇO	FILÉ DE PEIXE À PORTUGUESA	FRITO/COZIDO	QUIBE DE AVEIA C/ESPINAFRE	CENOURA SAUTÊ	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	MIX DE ALFACE E RÚCULA	BETERRABA RALADA	LARANJA	MAÇÃ/DOCE DE LEITE CREMOSO
		ISCA BOVNA NA				BRANCO /					
30/09 SEGUNDA	ALMOÇO	СНАРА	FRITO/COZIDO	PTS C/MILHO E COUVE FLOR	MACARRÃO AO PESTO	INTEGRAL	VERMELHO	MIX DE REPOLHO	TOMATE ME RODELAS	ABACAXI C/HORTELÃ	LARANJA
FEIRA	JANTAR	FILEZINHO DE FRANGO ACEBOLADO	FRITO/COZIDO	BOLINHO DE LENTILHA COM CHIMICHURRI	CREME DE MILHO	BRANCO / INTEGRAL	VERMELHO	MIX DE REPOLHO	CENOURA RALADA	ABACAXI C/HORTELÃ	MAÇÃ

OBSERVAÇÕES:

É permitida ao usuário a repetição das opções: arroz, feijão, guarnição e sala