



NUTRÊ ALIMENTAÇÃO

RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO - UFCA
CARDÁPIO SEMANAL – 02 À 06 DE MAIO 2022

ALMOÇO	Segunda (02/05)	Terça (03/05)	Quarta (04/05)	Quinta (05/05)	Sexta (06/05)
Principal	Cozido a Nordestino	Jardineira de Carne Moida	Feijoada à brasileira	Isca Chinesa	File de peixe a Milanese
	Peito de Frango grelhado	Suino ao forno	Coxa e Sobrecoxa ao forno	Escondidinho de Carne de Sol*	Frango ao Molho
Vegetariano	Abobrinha recheada	Panqueca de soja ao molho de tomate	Kibe de Soja	Cozido Vegetariano	Hamburguer de Soja
Saladas	Cenoura, Batata refogado com Cheiro verde	Batata gratinada*	Couve manteiga com repolho e cenoura refogados	Seleta de Legumes	Batata doce
	Beterraba, Alface, Manga e tomate	Cenoura, Repolho, Abacaxi	Alface, tomate e Pepino	Pepino, Beterraba, Cenoura e Abacaxi	Vinagrete
Guarnição	Farofa	Macarrão	Farofa	Cuscuz	Macarrão
Acompanhamentos	Arroz Arroz Integral Feijão carioca	Arroz Arroz Integral Feijão de corda	Arroz Arroz Integral Feijão Carioca	Baiao de dois Arroz Integral Feijão corda	Arroz Arroz Integral Feijão de corda
Suco	Goiaba	Acerola	Abacaxi	Acerola	Manga
Sobremesa	Melancia Doce	Banana Doce	Laranja Doce	Melão doce	Mamão Doce

JANTAR	Segunda (02/05)	Terça (03/05)	Quarta (04/05)	Quinta (05/05)	Sexta (06/05)
Principal	Frango ao Forno com batata palha	Filé de Peixe ao molho de peixada*	Bife ao molho	Panqueca de frango*	Suino a carioca
	Carne de Sol Acebolada	Torta de frango cremoso *	Omelete de frango *	Carne moida com batatas	Cubos de frango ao molho de tomate
SOPAS	Sopa de carne moida com legumes	sopa de Frango	sopa de legumes	Canja de galinha	sopa de Feijão
Vegetariano	Lasanha de Batata	Torta de legumes	Omelete de legumes	Bolinho de Feijão	Soja a Bolonhesa
Saladas	Chuchu cremoso*	Maionese de Legumes*	Macaxeira Refogada na manteiga*	Batata Doce ao forno com ervas	Maionese de beterraba*
	Cenoura, Beterraba e pepino	Repolho branco, Alface e maçã	Cenoura, passas, rucula e alface	Vinagrete de pepino	Alface, Repolho, Ervilha e milho e maçã
Guarnição	Macarrão	Farofa	Macarrão	Purê de abobora*	Cuscuz
Acompanhamentos	Arroz Arroz Integral Feijão Corda	Arroz Arroz Integral Feijão Carioca	Arroz Arroz Integral Feijão de Corda	Arroz Arroz Integral Feijão preto	Arroz Arroz Integral Feijão de carioca
Suco	Acerola	Manga	Goiaba	Caju	Cajá
Sobremesa	Mamão Doce	Melão Doce	Abacaxi Doce	Maça Doce	Banana Doce

OBS: O cardápio pode sofrer alterações, dependendo da disponibilidade de produtos em estoque.

* Contém LEITE/LACTOSE



NUTRÊ ALIMENTAÇÃO

RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO - UFCA

CARDÁPIO SEMANAL – 09 À 13 DE MAIO 2022

ALMOÇO	Segunda (09/05)	Terça (10/05)	Quarta (11/05)	Quinta (12/05)	Sexta (13/05)
Principal	Bife a Rolê Stroganoff de Frango	Almondega de Carne Linguíça a Paulista	feijoada à brasileira Coxa e sobrecoxa refogado c/ verduras	Lasanha a bolonhesa* Frango Xadrez	Filé de Peixe a dorê Frango desfiado com verduras
Vegetariano	Charuto de repolho	Bolinho de Macaxeira	Bolinho de Feijoada vegano	Escondidinho de soja	Legumes ao molho branco
Saladas	Mix de folhas com manga	Alface, cenoura e maçã	Vinagrete	Repolho, cenoura, beterraba e milho	Alface, repolho, tomate e pepino
	Maionese de legumes	Macaxeira refogada	Batata Doce ao forno	Seleta de legumes	Abobora ao forno
Guarnição	Farofa	Macarrão	Farofa	Purê de batata	Cuscuz
Acompanhamentos	Arroz Arroz Integral Feijão de Corda	Arroz Arroz Integral Feijão de Corda	Arroz Arroz Integral Feijão Carioca	Arroz Arroz Integral Feijão de corda	Baião Arroz Integral Feijão Carioca
Suco	Acerola	Manga	Abacaxi	Goiaba	Acerola
Sobremesa	Maçã	Melão	Laranja	Melancia	Mamão Doce
	Doce	Doce	Doce	Doce	

JANTAR	Segunda (09/05)	Terça (10/05)	Quarta (11/05)	Quinta (12/05)	Sexta (13/05)
Principal	Cozido com Legumes Filé de frango ao molho de mostarda	Bife Acebolado Frango Assado com Batata rustica	Vatapá de Peixe* Cubos de frango ao molho branco*	Escondidinho de frango* Isca de carne ao molho madeira	Filé de frango Acebolado Creme de galinha*
SOPAS	Sopa de Legumes	Caldo de Carne	Sopa de Frango	sopa de carne com legumes	Canja de frango
Vegetariano	Almondegas de Soja	Grão de bico com legumes	Legumes ao molho branco	Hamburguer de Soja	Legumes ao molho sugo
Saladas	Seleta de legumes	Beterraba Tropical	Cenoura com refogado de cheiro verde	Batata ao molho bechamel	Maionese de beterraba
	Alface, Tomate e Manga	Repolho, Cenoura e Abacaxi	Alface, beterraba, e manga	Repolho, Acelga, Tomate e Abacaxi	Acelga tropical
Guarnição	Pirão	Farofa	Cuscuz	Macarrão	Farofa
Acompanhamentos	Arroz Arroz Integral Feijão preto	Arroz Arroz Integral Feijão Carioca	Arroz Arroz Integral Feijão de Corda	Arroz Arroz Integral Feijão Carioca	Arroz Arroz Integral Feijão Corda
Suco	Abacaxi	Manga	Goiaba	Caju	Cajá
Sobremesa	Melancia	Banana	Mamão	Melão	Banana Doce
	Doce	Doce	Doce	Doce	



NUTRÊ ALIMENTAÇÃO

RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO - UFCA

CARDÁPIO SEMANAL – 16 À 20 DE MAIO 2022

ALMOÇO	Segunda (16/05)	Terça (17/05)	Quarta (18/05)	Quinta (19/05)	Sexta (20/05)
Principal	Escondidinho de carne de sol *	Torta de Carne Moida *	feijoada á brasileira	Frango Cozido	peixe a delicia
	Frango a rolê	Frango à milanesa *	Frango ao forno	Suíno ao Forno	Frango a parmegiana
Vegetariano	Abobrinha a parmegiana	Bolinho de Batata Doce com Soja	Bolinho de Feijoada Vegano	Cozido Vegetariano	Lasanha a bolonhesa (soja)
Saladas	Abobora ao forno	Chuchu cremoso	Couve manteiga com repolho e cenoura refogados	Maionese de Legumes	Macaxeira cozida refogada
	Alface, Tomate e Abacaxi	Repolho, Beterraba e Laranja	Acelga, Laranja, Tomate e Passas	Repolho Branco, Beterraba e Cenoura	Tomate, Alface e Melão
Guarnição	Macarrão	Cuscuz	Farofa	Macarrão	Farofa
Acompanhamentos	Arroz Arroz Integral Feijão Carioca	Arroz Arroz Integral Feijão de Corda	Arroz Arroz Integral Feijão de Carioca	Arroz Arroz Integral Feijão de corda	Baião de dois Arroz Integral Feijão de Corda
Suco	Manga	Goiaba	Caju	Acerola	Abacaxi
Sobremesa	Maça Doce	Mamão Doce	Laranja Doce	Melancia doce	Melão Doce
JANTAR	Segunda (16/05)	Terça (17/05)	Quarta (18/05)	Quinta (19/05)	Sexta (20/05)
Principal	Isca Chinesa Filé de Frango ao molho de ervas	Isca de frango com vegetais Strogonoff de carne *	Assado de Panela Frango Desfiado com vegetais	Carne de Sol acebolada Isca de Peixe a dorê	Cozido Nordestino Frango Ao Forno
	Sopa de Carne	sopa de Frango	Sopa de Legumes	Caldo de Frango	sopa de carne com legumes
Vegetariano	Moqueca de legumes	Yakissoba Vegetariano	Macarronada a bolonhesa (soja)	Lasanha de Abobrinha	Legumes ao molho Madeira
Saladas	Seleta de legumes	Batata doce Gratinada	Cenoura com vagem	Batata Refogada	Abobora ao forno com mix de Ervas
	Cenoura, Beterraba e Milho e Maça	Acelga, Repolho, Abacaxi	Alface, cenoura, Pimentão e Passas	Cenoura, Beterraba e milho	Repolho, Acelga, Pepino e Passas
Guarnição	Farofa	Macarrão	Cuscuz	Farofa	Macarrão
Acompanhamentos	Arroz Branco Arroz Integral Feijão de corda	Arroz Branco Arroz Integral Feijão Carioca	Arroz Branco Arroz Integral Feijão Corda	Arroz à Grega Arroz Integral Feijão de Carioca	Arroz Branco Arroz Integral Feijão Preto
Suco	Acerola	Abacaxi	Goiaba	Caju	Cajá
Sobremesa	Melancia Doce	Melão Doce	Maça Doce	Banana Doce	Mamão Doce

**NUTRÊ ALIMENTAÇÃO**

RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO - UFCA

CARDÁPIO SEMANAL – 23 À 27 DE MAIO 2022

ALMOÇO	Segunda (23/05)	Terça (24/05)	Quarta (25/05)	Quinta (26/05)	Sexta (27/05)
Principal	Almondegas ao molho	Bife de carne bovina acebolado	Feijoada à Brasileira	Omelete de Carne de Sol	Suino a Cubana
	Filé de frango a milanesa*	Frango a cubana	Filé de frango puxado na cebola caramelizada	Frango cozido com legumes	Filé de peixe a milanesa
Vegetariano	Soja Tropeira	Grão de Bico com legumes	Kibe de soja	Omelete de Legumes	Charuto de Couve
Saladas	Alface, Beterraba, Cenoura	Alface, Tomate e pepino	Cenoura, Beterraba e Melão	Acelga, Alface e abacaxi	Vinagrete
	Batata e Cenoura e chuchu refogadas	Macaxeira cozida	Refogado de repolho e couve	Abóbora Assada com refogado	Macaxeira cozida com cheiro verde
Guarnição	Purê de Batata	Macarrão	Farofa	Cuscuz	Macarrão
Acompanhamentos	Arroz Branco	Arroz	Arroz	Arroz A grega	Arroz
	Arroz Integral Feijão Carioca	Arroz Integral Feijão corda	Arroz Integral Feijão de Carioca	Arroz Integral Feijão Corda	Arroz Integral Feijão Carioca
Suco	Manga	Acerola	Abacaxi	Goiabada	Caju
Sobremesa	Melão	Mamão	Laranja	Banana	Melancia
	Doce	Doce	Doce	doce	Doce

JANTAR	Segunda (23/05)	Terça (24/05)	Quarta (25/05)	Quinta (26/05)	Sexta (27/05)
Principal	Lasanha a Bolonhesa	Vatapá de Peixe	Creme de Frango	Torta de Frango	Filé de frango Ao molho de mostarda
	Linguiça a Paulista	Bife a Rolê	Suino ao Forno	Carne de Sol acebolada	Panqueca de Carne moida
SOPAS	Sopa de Carne com legumes	Caldo de Frango	Sopa de Feijão	sopa de carne com legumes	Canja de frango
Vegetariano	Barqueta de abobrinha recheada	Stroganoff de Legumes	Muqueca De Legumes	Bolinho de Macaxeira	Panqueca de soja ao molho de tomate
Saladas	Abóbora cozida com cheiro verde	Seleta de Legumes	Beterraba em rodela com milho	Maionese de batata com ovos	Batata Ao forno
	Acelga, Repolho, Pepino	Repolho roxo, Repolho Branco e Cenoura	Alface ,cenoura e Passas	Beterraba, Pepino e Laranja	Acelga tropical
Guarnição	Farofa	Cuscuz	Farofa	Macarrão	Cuscuz
Acompanhamentos	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz colorido	Arroz
	Arroz Integral Feijão Carioca	Arroz Integral Feijão Corda	Arroz Integral Feijão de Corda	Arroz Integral Feijão carioca	Arroz Integral Feijão Corda
Suco	Abacaxi	Manga	Caju	Goiabada	Cajá
Sobremesa	Melancia	Maçã	Mamão	Melão	Banana
	Doce	Doce	Doce	Doce	Doce



NUTRÊ ALIMENTAÇÃO

RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO - UFCA

CARDÁPIO SEMANAL – 30 de MAIO À 03 DE JUNHO 2022

ALMOÇO	Segunda (30/05)	Terça (31/05)	Quarta (01/06)	Quinta (02/06)	Sexta (03/06)
Principal	Cubos Bovinos ao molho sugo	Escondidinho de carne moida*	Feijoada à Brasileira	Torta de Frango	Linguiça Acebolada
	Frango Crocante	Filé de frango acebolado	Frango a carioca	Assado de Panela	Muqueca de Peixe
Vegetariano	Bolinho de Arroz recheado	Bolinho de Batata Doce	Feijoada Vegana	Macarronada a Bolonhesa (soja)	Muqueca de Legumes
Saladas	Alface, Tomate, Beterraba e maçã	Repolho, Acelga, pepino e abacaxi	Mix de folhas com Manga	Vinagrete	Alface, tomate e pepino
	Batata, Chuchu e Cenoura refogadas	Batata Doce cozida	Refogado de repolho e couve e cenoura	Maionese de Beterraba com milho	Abobora refogada
Guarnição	Pirão	Macarrão	Farofa	Cuscuz	Macarrão
Acompanhamentos	Arroz Branco	Arroz com Cenoura	Arroz	Arroz A grega	Arroz Arroz Integral Feijão Carioca
	Arroz Integral Feijão Carioca	Arroz Integral Feijão corda	Arroz Integral Feijão de Carioca	Arroz Integral Feijão Corda	
Suco	Acerola	Caju	Abacaxi	Manga	Goiaba
Sobremesa	Maçã	Melancia	Laranja	Banana	Mamão Doce
	Doce	Doce	Doce	doce	

JANTAR	Segunda (30/05)	Terça (31/05)	Quarta (01/06)	Quinta (02/06)	Sexta (03/06)
Principal	Carne de Sol Acebolada	Suino a Carioca	Omelete de Frango	Torta de Carne Moida	Fricassé de Frango
	Cubos de frango ao molho de tomate	Filé de frango ao molho de ervas	Bife acebolado	Frango a Parmegiana	Cozido Bovino
SOPAS	Sopa de Frango com legumes	Caldo de Carne	Sopa de Legumes	Canja de Frango	Sopa de Carne com Legumes
Vegetariano	Omelete de Legumes	Bolinho de Feijão com couve	Legumes ao Molho madeira	Cozido Vegetariano	Abobrinha Recheada
Saladas	Maionese de legumes	Chuchu Cremoso	Batata doce gratinada	Seleta de Legumes	Macaxeira refogada na manteiga
	Repolho, Acelga, Cenoura e Abacaxi	Alface, Repolho Branco e Tomate	Acelga, cenoura e Passas	Alface, Tomate, Pepino	Vinagrete
Guarnição	Cuscuz	Macarrão	Farofa	Macarrão	Cuscuz
Acompanhamentos	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz colorido	Arroz Arroz Integral Feijão Corda
	Arroz Integral Feijão Carioca	Arroz Integral Feijão Corda	Arroz Integral Feijão de Corda	Arroz Integral Feijão carioca	
Suco	Manga	Abacaxi	Goiaba	Acerola	Caju
Sobremesa	Laranja	Mamão	Melancia	Banana	Melão Doce
	Doce	Doce	Doce	Doce	