



MARMIK ALIMENTAÇÃO E SERVIÇOS
RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO - UFCA
CARDÁPIO SEMANAL - 31 DE OUTUBRO A 04 DE NOVEMBRO DE 2022



FERIADO

	31/out segunda-feira	01/nov terça-feira	02/nov quarta-feira	03/nov quinta-feira	04/nov sexta-feira
ALMOÇO					
Principal	BIFE ACEBOLADO Escondidinho de Frango	Estrogonoffe de Carne CHURRASCO MISTO		LASANHA A BOLONHESA Relish de Frango com cebolas Roxas	Moqueca de Peixe Frango a Milanese
Vegetariano	Fritada Siciliana	Parmegiana de Soja		Kibe	Bolinha de batata com queijo
Saladas	Alface, Beterraba, Palmito e tomate	vinagrete		Repolho Branco e Repolho roxo e ervilha refogada	Acelga, tomate, Pepino e Manga
	Cenoura com cebolas caramelizada	Maionese de legumes		Abóbora ao Forno	Beterraba, vagem, milho e ervas
Guarnição	CUSCUZ	FAROFA		Cuscuz	Macarrão
	Arroz à Grega Arroz Integral Feijão de corda	Baião Arroz Integral Feijão de Carioca		Arroz Arroz Integral Feijão de corda	Arroz Branco Arroz Integral Feijão Carioca
Suco	Caju	Manga		Caju	Goiaba
Sobremesa	Maçã Doce	Melancia Doce		Melão Doce	Mamão Doce
JANTAR					
Principal	Polpetone a Polmodoro Frango ao Molho Ferrugem	Isca bovina ao Shoyu Frango Assado com Alecrim		Isca ao Molho Madeira Suíno acebolado	Panqueca de Carne PEIXE FRITO ao molho tártaro
SOPAS	sopa de verduras e carne de sol	Sopa de Feijão		sopa de carne com legumes	sopa de frango
Vegetariano	LASANHA DE BANANA	Bolinha de Macaxeira com queijo		Quiche	Abobrinha à parmegiana
Saladas	Legumes ao molho rosé (cenoura, beterraba e chuchu)	Batata gratinada (com molho bechamell)		Chuchu ao Creme de Milho	Batata doce com cebolinha
	Alface, Tomate, Manga e melão	Mix de folhas		Alface, Tomate, Abacaxi, Cebola Roxa	Repolho Branco, Beterraba, cenoura
Guarnição	Farofa	Macarrão Parafuso		Farofa	Cuscuz
	Arroz com Ervilha Arroz Integral Feijão Carioca	Arroz Branco Arroz Integral Feijão Carioca		Arroz Branco Arroz Integral Feijão Preto	Arroz Branco Arroz Integral Feijão Carioca
Suco	Caju	Goiaba		Acerola	Graviola
Sobremesa	Mamão Doce	Banana Doce		Melancia Doce	Abacaxi Doce

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

* Contém LEITE/LACTOSE