






CARDÁPIO SEMANAL / ALMOÇO

Segunda a sexta 
Almoço 
Das 11h30 às 13h30 

CARDÁPIO REFERENTE DE 19 A 23 DE AGOSTO DE 2024

ESTRUTURA DO CARDÁPIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
PROTEICO 1	COZIDÃO MARANHENSE	BISTECA SUÍNA GRELHADA	FRANGO AO MOLHO CAIPIRA	FÍGADO A LISBOETA	MOCOTÓ
PROTEICO 2	FILÉ DE FRANGO GRELHADO	FRANGO XADREZ	LINGUA AO MOLHO MADEIRA	LOMBO SUÍNO GRELHADO	TORTA
PROTEICO 3	BIFE DE PANELA	CARNE MOIDA COM LEGUMES	LAGARTO RECHEADO (CENOURA E LINGUIÇA)	PICADINHO DE CARNE COM LEGUMES	COXA E SOBRECOXA AO FORNO
PROTEICO 4 (VEGETARIANO)	GRÃO DE BICO COM ABOBRINHA	SOJA REFOGADA COM CENOURA E CHUCHU	OMELETE DE LEGUMES	GUISADO DE SOJA	TORTA VEGETARIANA
SALADA	REPOLHO, CENOURA E PEPINO	SALADA MISTA	TABULE	SALADA DE FEIJÃO BRANCO	TOMATE, PEPINO E REPOLHO
ACOMPANHAMENTO	FAROFA	FAROFA	MACARRÃO AO ALHO E OLEO	FAROFA	FARINHA AMARELA
CEREAL	ARROZ BRANCO	BAIÃO DE DOIS	ARROZ BRANCO	ARROZ TEMPERADO	ARROZ BRANCO
LEGUMINOSA	FEIJÃO	-	FEIJÃO	-	FEIJÃO
SOBREMESA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA

OBS: As opções de proteico são oferecidas para escolha de uma delas.



O RU vem esclarecer a toda a comunidade universitária, que nosso cardápio fornece refeições vegetarianas e não veganas.



Cardápio sujeito a alteração sem comunicação prévia.