



# RESTAURANTE ESTUDANTIL

## CARDÁPIO MARÇO





**ALMOÇO**

# CARDÁPIO RESTAURANTE ESTUDANTIL

SEMANA DE 16/03 A 20/03

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
SALADA	ALFACE LISA ABÓBORA RALADA	COUVE CRUA COM LARANJA CENOURA CRUA	ALFACE CRESPA PEPINO	CHICÓRIA BETERRABA COZIDA	ALFACE ROXA COM GERGELIM TOMATE EM CUBOS COM CEBOLA ROXA
PRATO PRINCIPAL	ISCA DE FRANGO AO MOLHO DE MOSTARDA	HAMBURGUER *CONTÉM GLÚTEN	SOBRECOXA ASSADA AO MOLHO DE ERVAS	CARNE MOÍDA	LOMBO SUÍNO
OPÇÃO VEGETARIANA	FRICASSÉ DE GRÃO DE BICO	HAMBURGUER DE LENTILHA E AVEIA	TOMATE RECHEADO COM LENTILHA E CEBOLA	PANQUECA DE ESPINAFRE COM GRÃO DE BICO *CONTÉM GLÚTEN	ABOBRINHA COM FEIJÃO BRANCO
GUARNIÇÃO	ABOBRINHA AO POMODORO	CREME DE MILHO *CONTÉM LACTOSE	QUIBEBE	ESPAGUETE AO ALHO E ÓLEO *CONTÉM GLÚTEN	CENOURA PALITO
SOBREMESA E SUCO	LARANJA SUCO DE UVA	MELANCIA SUCO DE MARACUJÁ	ARROZ DOCE *CONTÉM LACTOSE SUCO DE GOIABA	BANANA SUCO DE LIMÃO	SALADA DE FRUTAS SUCO DE ACEROLA

# LUNCH MENU

SEMANA DE 16/03 A 20/03

	MONDAY	TUSDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
SALAD	BUTTERHEAD LETTUCE AND GRATED PUMPKIN	RAW COLLARD GREENS WITH GRATED CARROT	GREEN-LEAF LETTUCE AND CUCUMBER	CHICORY WITH BOILED BEETROOT	RED LETTUCE WITH WHITE SESAME SEEDS DICED TOMATOES WITH RED ONION
MAIN COURSE	CHICKEN STRIPS IN MUSTARD SAUCE	HAMBURGER *CONTAINS GLUTEN	BAKED CHICKEN THIGHS IN HERB SAUCE *CONTAINS GLUTEN	GROUND MEAT	PORK LOIN IN SAUCE
VEGETARIAN OPTION	CHICKPEA FRICASSEE	LENTIL AND OAT HAMBURGER	TOMATO STUFFED WITH LENTILS AND ONION	SPINACH AND CHICKPEA PANCAKE *CONTAINS GLUTEN	ZUCCHINI WITH WHITE BEANS
GARRISON	ZUCCHINI WITH TOMATO SAUCE	CREAMED CORN *CONTAINS LACTOSE	BRAZILIAN PUMPKIN PURÉE	SPAGHETTI PASTA WITH GARLIC AND OIL *CONTAINS GLUTEN	CARROT STICKS
JUICE DESSERT	ORANGE GRAPE JUICE	WATERMELON PASSION FRUIT JUICE	RICE PUDDING *CONTAINS LACTOSE GUAVA JUICE	BANANA LEMON JUICE	FRUIT SALAD ACEROLA JUICE



**LANCHE**

# CARDÁPIO RESTAURANTE ESTUDANTIL

SEMANA DE 16/03 A 20/03

SEGUNDA-FEIRA

TERÇA-FEIRA

QUARTA-FEIRA

QUINTA-FEIRA

SEXTA-FEIRA

BOLO DE FUBÁ

\*CONTÉM GLÚTEN  
\*CONTÉM LACTOSE

PÃO CARECA COM OVO  
MEXIDO

\*CONTÉM GLÚTEN

PÃO FRANCÊS COM  
MUÇARELA

\*CONTÉM LACTOSE  
\*CONTÉM GLÚTEN

PÃO INTEGRAL COM  
QUEIJO MINAS  
\*CONTÉM LACTOSE  
\*CONTÉM GLÚTEN

PÃO FRANCÊS COM  
PASTA DE FRANGO  
\*CONTÉM LACTOSE  
\*CONTÉM GLÚTEN

LANCHE

CAFÉ COM LEITE

\*CONTÉM LACTOSE

LEITE COM  
ACHOCOLATADO

\*CONTÉM LACTOSE

LEITE COM FRUTA  
(BANANA E MAMÃO)

\*CONTÉM LACTOSE

SUCO DE UVA

MATE

MELÃO

MAMÃO

MAÇÃ

SALADA DE FRUTAS

MELANCIA

# SNACK MENU

SEMANA DE 16/03 A 20/03

MONDAY

CORNMEAL CAKE

\*CONTAINS GLUTEN  
\*CONTAINS LACTOSE

TUESDAY

BREAD ROLL WITH  
SCRAMBLED EGG

\*CONTAINS GLUTEN

WEDNESDAY

FRENCH BREAD WITH  
MOZZARELLA CHEESE

\*CONTAINS LACTOSE  
\*CONTAINS GLUTEN

THURSDAY

WHOLE WHEAT SLICED  
BREAD WITH MINAS  
CHEESE

\*CONTAINS LACTOSE  
\*CONTAINS GLUTEN

FRIDAY

FRENCH BREAD WITH  
CHICKEN PÂTÉ

\*CONTAINS LACTOSE  
\*CONTAINS GLUTEN

SNACK

COFFEE WITH MILK

\*CONTAINS LACTOSE

CHOCOLATE MILK

\*CONTAINS LACTOSE

MILK WITH FRUITS  
(PAPAYA AND BANANA)

\*CONTAINS LACTOSE

GRAPE JUICE

MATE TEA

MELON

PAPAYA

APPLE

FRUIT SALAD

WATERMELON