

# CARDÁPIO SEMANAL DO RESTAURANTE ESTUDANTIL: 09 a 13/03/2020\*\*

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
*PRATO PRINCIPAL	Frango xadrez	Sobrecoxa assada	Isclas bovinas aceboladas	Quibe de forno	Copa lombo ao molho de ervas
*OPÇÃO DE PRATO PRINCIPAL VEGETARIANO	Lasanha de berinjela com pasta de feijão-branco	Tomate recheado com grão-de-bico	Hambúrguer de grão- de-bico com batata e molho de ervas finas	Quibe de batata, salsa e proteína de soja	Lasanha de abobrinha com feijão-branco
GUARNIÇÃO	Cenoura e chuchu salteados na manteiga	Creme de espinafre	Purê de batata	Duque de legumes (chuchu, batata e cenoura)	Penne ao molho Alfredo
SALADA 1	Chicória ao vinagrete	Acelga com cenoura	Alface com feijão-branco	Almeirão com alface	Chicória
SALADA 2	Abobrinha colorida	Beterraba cozida	Tomate com cenoura ralada	Cenoura cozida	Nabo ao vinagrete
Arroz parboilizado / Arroz integral / Feijão					
SOBREMESA	Melão	Maçã	Espumone de uva Salada de frutas – opção diet	Mamão	Banana
SUCO	Goiaba	Limão	Manga	Caju	Tangerina

\*Somente é permitida a escolha de 1 prato principal

\*\* Cardápio sujeito a alterações