

CARDÁPIO RESTAURANTE – Campus Divinópolis

Dezembro 2022

SEMANA 1	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
	28/11/2022	29/11/2022	30/11/2022	01/12/2022	02/12/2022	03/12/2022
Prato principal	Iscas de frango acebolada	Linguiça toscana ao forno	Cubos bovino ao molho	Pernil Grelhado	Carne moída com ervilha	Coxa e Sobrecoxa
Vegetariana	Bolinho bechamel	Hambúrguer de cenoura	Croquete vegetariano	Almôndega de grãos	Estrogonofe de grão-de-bico	Ovos cozidos
Vegana	Almôndega de lentilha	Bolinho de Lentilha	Yakisoba	Legumes recheados com soja	Grãoemelete	Hambúrguer de feijão branco
Guarnição	Farofa rica	Mandioca sauté	Legumes na manteiga	Mandioca cozida	Polenta	Purê de batatas
Arroz	Branco/Integral	Branco/Integral	Branco/Integral	Branco/Integral	Branco/Integral	Branco
Feijão	Vermelho	Carioca	Carioca	Vermelho	Carioca	Preto
Salada 1	Alface	Couve	Acelga	Couve	Mix de Folhas	Alface
Salada 2	Tomate	Caponata de berinjela	Vinagrete	Tabule	Abobrinha ralada	Cenoura ralada
Salada 3	Repolho bicolor	Pepino	Chuchu	Pepino em rodela	Chuchu com milho	Tomate
Salada 4	Mix de grãos ao vinagrete	Beterraba cozida	Tabule	Beterraba cozida em rodela	Batata doce com casca	Abobrinha com berinjela
Sobremesa	Melancia	Maçã	Banana	Laranja	Maçã	Abacaxi

SEMANA 2	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
	05/12/2022	06/12/2022	07/12/2022	08/12/2022	09/12/2022	10/12/2022
Prato principal	Filé de frango à milanesa	Linguiça toscana	Carne de Panela	Coxa assada	Peixe assado	Escondidinho de frango
Vegetariana	Ovo frito	Omelete de legumes ao forno	Torta de batatas	Ovos mexidos	Panqueca de legumes	Hambúrguer de berinjela
Vegana	Burguer de Triguilho	Canellone de abobrinha	Charutinho de legumes	Grãoemelete	Torta de ervilha	Trouxinha de legumes
Guarnição	Macarrão ao sugo	Farofa temperada	Mandioca cozida	Purê de Batata	Quibebe de abóbora	Moranga refogada
Arroz	Branco/Integral	Branco/Integral	Branco/Integral	Branco/Integral	Branco/Integral	Branco/Integral
Feijão	Carioca	Preto	Carioca	Vermelho	Carioca	Roxinho
Salada 1	Acelga	Almeirão	Couve	Alface	Mix de Folhas	Alface
Salada 2	Chuchu	Abóbora com salsinha	Beterraba em meia lua	Abobrinha	Beterraba ralada	Cenoura ralada
Salada 3	Cenoura com beterraba raladas	Proteína de soja temperada	Pepino em palito	Misto de repolho	Tomate	Beterraba cozida
Salada 4	Vinagrete de pepino	Tomate em rodela	Chuchu com ervas	Berinjela à caponata	Grão-de-bico	Abobrinha ralada
Sobremesa	Goiaba vermelha	Melancia	Melão	Banana	Maçã	Laranja

SEMANA 3	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
	12/12/2022	13/12/2022	14/12/2022	15/12/2022	16/12/2022	17/12/2022
Prato principal	Picado com Legumes	Fricassé de frango	Calabresa acebolada	Sobrecoxa Assada	Copa Lombo grelhado	–
Vegetariana	Torta de espinafre	Ovo frito	Sufê de legumes	Ovos mexidos	Bife de milho	–
Vegana	Espaguete de abobrinha	Quibe de moranga assada	Mix de grãos	Torta de ervilha vegana	Charutinho de soja	–
Guarnição	Creme de milho	Batata Palha	Chuchu com ovos	Cenoura Vick	Farofa Rica	–
Arroz	Branco/Integral	Branco/Integral	Branco/Integral	Branco/Integral	Branco/Integral	–
Feijão	Vermelho	Carioca	Roxinho	Carioca	Preto	–
Salada 1	Couve	Almeirão	Alface	Acelga	Mix de Folhas	–
Salada 2	Beterraba em cubinhos	Tomate	Moranga cozida	Berinjela à caponata	Legumes sauté	–
Salada 3	Cenoura ralada	Pepino	Beterraba ralada	Abobrinha Napolitana	Repolho Bicolor	–
Salada 4	Lentilha ao vinagrete	Batata doce	Ervilha partida	Tomate	Salada grega	–
Sobremesa	Maçã	Banana	Melancia	Laranja	Melão	–

SEMANA 4	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
	19/12/2022	20/12/2022	21/12/2022	22/12/2022	23/12/2022	24/12/2022
Prato principal	Bife bovino acebolado	Filé de frango grelhado	Cubos suínos ao Pomodoro	Carne moída	Pernil assado	–
Vegetariana	Bolinho de berinjela	Ovo frito	Torta de Legumes	Estrogonofe de grão-de-bico	Omelete de queijo ao forno	–
Vegana	Hambúrguer de feijão branco	Legumes recheado com soja	Almôndegas de lentilha	Mix de grãos	Croquete vegano	–
Guarnição	Gratinado de legumes	Macarrão ao alho e óleo	Chuchu com abobrinha Sauté	Batata assada	Couve refogada	–
Arroz	Branco/Integral	Branco/Integral	Branco/Integral	Branco/Integral	Branco/Integral	–
Feijão	Carioca	Vermelho	Carioca	Roxinho	Preto	–
Salada 1	Acelga	Duo de folhas	Couve	Alface	Mix de Folhas	–
Salada 2	Cenoura Ralada	Berinjela	Beterraba com salsa	Chuchu	Abobrinha	–
Salada 3	Tomate meia lua	Pepino com salsa	Repolho Bicolor	Abóbora na salsa	Cenoura ralada	–
Salada 4	Abobrinha com ervas	Salada americana	Mandioca em cubos	Salada caprese	Batata doce	–
Sobremesa	Melancia	Banana	Goiaba Vermelha	Abacaxi	Maçã	–

SEMANA 5	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
	26/12/2022	27/12/2022	28/12/2022	29/12/2022	30/12/2022	31/12/2022
Prato principal						
Vegetariana						
Vegana						
Guarnição						
Arroz	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Feijão						
Salada 1						
Salada 2						
Salada 3						
Salada 4						
Sobremesa						

