

CARDÁPIO RESTAURANTE – Campus

JUNHO.2025

SEMANA 1	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
	02/06/2025	03/06/2025	04/06/2025	05/06/2025	06/06/2025	07/06/2025
Prato principal	Linguiça de pernil frita	Isclas de frango acebolada	Bife de pernil acebolado	Cubos bovino ao sugo	Cubos de frango ao molho branco gratinado	
Vegetariana	Omelete com cheiro verde	Quibe de Abóbora	Kafta de proteína de soja	Fricasse de grão de bico	Bolinho de Espinafre	
Vegana	Proteína de Soja Acebolada	Feijão branco com pimentão vermelho e brócolis	Grão de bico ao molho vermelho	Charuto de soja	Falafel	
Guarnição	Angu	Macarronese	Repolho Oriental	Mandioca ensopada	Batata rustica	
Arroz	Arroz Integral	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz c/Alho	Arroz Branco	
Feijão	Feijão Preto	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Carioca c/ bacon	Feijão Preto	
Salada 1	Alface crespa	Alface lisa	Alface crespa	Acelga	Alface roxa	
Salada 2	Beterraba ralada com manga	Abobrinha ralada com passas	Pepino c/passas	Tomate em rodela c/ orégano	Cenoura ralada c/laranja	
Salada 3	Vagem com milho	Berinjela cozida	Batata bolinha temperada	Abobrinha cozida	Chuchu cozido	
Salada 4	Salada de repolho roxo, alface americana, cenoura ralada	Couve com tomate, cebola e azeitonas	Caponata de berinjela	Tabule de frutas	Caponata de abobrinha	
Sobremesa	Laranja	Mamão	Banana	Banana	Melancia	

SEMANA 2	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
	09/06/2025	10/06/2025	11/06/2025	12/06/2025	13/06/2025	14/06/2025
Prato principal	Came moída ao sugo	Isclas de pernil ao molho barbecue	Sobrecoxa de frango ao sugo	Cubos de pernil acebolado	Bife de frango a pizzaiolo	
Vegetariana	Kafta de Proteína de Soja	Berinjela a parmegiana	Cuscuz marroquino	Ovos cozidos	bolinho de mandioca c/ soja	
Vegana	Grão de bico acebolado	Soja em grãos ao molho barbecue	Hamburguer de feijão branco	Tomate recheado c/proteína de soja	Lentilha acebolada	
Guarnição	Macarrão alho e óleo	Couve ao alho refogada	Batata Inglesa Sauté	Canjiquinha	Cenoura glaceada	
Arroz	Arroz branco	Arroz Branco	Arroz Branco com brócolis	Arroz Branco	Arroz branco	
Feijão	Feijão Carioca	Feijão tropeiro	Feijão Carioca	Feijão Preto	Feijão Carioca	
Salada 1	Acelga	Alface crespa	Mix de folhas	Alface roxa	Almeirão	
Salada 2	Tomate com azeitona e cheiro verde	Pepino c/gergelim	Tomate com milho	Abobrinha ralada c/ cheiro verde	Beterraba ralada com manga	
Salada 3	Abobrinha cozida	Moranga cozida	Beterraba Cozida	Cenoura Cozida	Chuchu cozido	
Salada 4	Caponata de Berinjela	Vagem c/ chuchu e cheiro verde, milho.	Salada de couve, repolho roxo, pimentão vermelho	Salada Acelga com Abacaxi e Passas	Tabule ao Vinagrete	
Sobremesa	Maça	Laranja	Banana	Mamão	Mexerica	

SEMANA 3	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
	16/06/2025	17/06/2025	18/06/2025	19/06/2025	20/06/2025	21/06/2025
Prato principal	Strogonoff de frango	Bife de bovino de panela	Cubos suino ao molho madeira	FERIADO	RECESSO	
Vegetariana	Strogonoff de grão de bico	Ovos fritos	Bolinho feijão fradinho			
Vegana	Bolinho de lentilha	Quibe de moranga	Soja em grão molho madeira			
Guarnição	Batata palha	Chuchu tropeiro	Legumes saute			
Arroz	Arroz branco	Arroz Branco	Arroz Branco			
Feijão	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Preto			
Salada 1	Alface crespas	Acelga	Mix de folhas			
Salada 2	Tomate com cebola roxa	Cenoura ralada c/cebola roxa	Beterraba Ralada c/ Abacaxi			
Salada 3	Berinjela cozida	Abobrinha Cozida	Chuchu cozido			
Salada 4	Feijão branco, vagem e pimentão amarelo	Salada de rúcula, tomate, manga e cebola roxa	Mix de repolho com passas e maionese			
Sobremesa	Laranja	Melão	Mexerica			

SEMANA 4	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
	23/06/2025	24/06/2025	25/06/2025	26/06/2025	27/06/2025	28/06/2025
Prato principal	Steak frito	Bife bovino ao molho roti	Iscas de frango acebolada com açafrão	Cubos suino ao molho barbecue	Bife Frango grelhado na chapa	
Vegetariana	Omelete com legumes	Ovos mexidos	Quibe de abobora	Bolinho de arroz	Cuscuz marroquino	
Vegana	Lentilha c/cebola caramelizada	Abobrinha recheada com soja texturizada	Soja com pimentão vermelho e brócolis	Espaguete de abobrinha c/proteína de soja	Feijão fradinho ao molho madeira	
Guarnição	Creme de milho	Cará ensopado	Repolho oriental	Farofa de banana	Macarrão penne ao molho branco	
Arroz	Arroz Branco com alho	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz branco	Arroz branco	
Feijão	Feijão Carioca	Feijão Preto	Feijão Carioca	Feijão Carioca c/ linguiça	Feijão Carioca	
Salada 1	Acelga	Alface roxa	Alface lisa	Couve	Almeirão	
Salada 2	Abobrinha ralada c/ laranja	Pepino com azeitona	Tomate c/manjeriçao	Tomate em rodela c/ orégano	Cenoura ralada com laranja	
Salada 3	Batata bolinha com ervas finas	Cenoura cozida	Berinjela cozida	Beterraba cozida	Abobrinha cozida	
Salada 4	Mix de grãos	Chuchu, milho, cheiro verde e pimentão	Moranga, cebola roxa, azeitonas passas	Batata bolinha c/ ervas finas	Repolho roxo c/ milho, tomate e azeitonas	
Sobremesa	Maça	Mexerica	Mamão	Laranja	Maça	

SEMANA 5	SEGUNDA					
	30/06/2025					
Prato principal	Strogonoff de frango					
Vegetariana	Strogonof de soja em grãos					
Vegana	Grão de bico acebolado					
Guarnição	Batata palha					
Arroz	Arroz branco					
Feijão	Feijão Carioca					
Salada 1	Acelga					
Salada 2	Tomate c/azeitonas					
Salada 3	Abobrinha cozida					
Salada 4	Caponata de Berinjela					
Sobremesa	Laranja					

