CARDÁPIO RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO UFSJ CAMPUS CSA - MÊS DE MARÇO/2024											
DATA	HORÁRIO	PRATO PRINCIPAL	ovos	VEGETARIANO	GUARNIÇÃO	ARROZ	FEIJÃO	SALADA 1	SALADA 2	SUCO	SOBREMESA
01/03 SEXTA FEIRA	ALMOÇO	FRICASSÊ DE FRANGO	FRITO/COZIDO	GRÃO DE BICO C/VAGEM E MILHO	CENOURA SAUTÊ	BRANCO / INTEGRAL	PRETO	ALMEIRÃO	TOMATE EM RODELAS	MELANCIA	BANANA
02/03 SÁBADO	ALMOÇO	ISCA SUINA AO CURRY	FRITO/COZIDO	CASSOULET VEGANO	CANJIQUINHA	BRANCO / INTEGRAL	PRETO	COUVE	BETERRABA RALADA	LARANJA C/MANGA	MAÇÃ/ BOLO DE COCO
04/03	ALMOÇO	CARNE DE PANELA	FRITO/COZIDO	GRÃO DE BICO XADREZ	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO	BRANCO / INTEGRAL	VERMELHO	ALFACE CRESPA	TOMATE EM RODELAS	MARACUJÁ	BANANA
SEGUNDA FEIRA	JANTAR	ISCA SUÍNA AO BARABECUE	FRITO/COZIDO	LENTILHA AO SUGO C/TOMATE E BRÓCOLIS	ANGU	BRANCO / INTEGRAL	VERMELHO	ALFACE CRESPA	CENOURA RALADA	MARACUJÁ	MELANCIA/PAÇ OCA
05/03 TERÇA FEIRA	ALMOÇO	SOBRECOXA ASSADA	FRITO/COZIDO	QUIBE DE AVEIA, CHIA, MILHO E ORA PRO NOBIS	FAROFA CROCANTE	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	ALMEIRÃO	BETERRABA COZIDA	MELANCIA	LARANJA/PUDI M DE COCO
	JANTAR	CARNE MOIDA C/MILHO	FRITO/COZIDO	ABOBRINHA RECH. C/QUINOA E TOMATE	CENOURA SAUTÊ	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	ALMEIRÃO	PEPINO EM RODELAS	MELANCIA	MAÇÃ
06/03 QUARTA FEIRA	ALMOÇO	ISCA BOVINA C/PIMENTÕES COLORIDOS	FRITO/COZIDO	BATATA BAROA C/ERVILHA E BRÓCOLIS	CREME DE MILHO	BRANCO / INTEGRAL	PRETO BATIDO	REPOLHO VERDE	VINAGRETE	LARANJA	MELANCIA
	JANTAR	MOQUECA DE PEIXE	FRITO/COZIDO	HAMBURGUER DE GRÃO DE BICO	PURÊ DE BATATA	BRANCO / INTEGRAL	PRETO BATIDO	REPOLHO VERDE	BERINJELA C/TOMATE	LARANJA	BANANA/DOCE DE LEITE
07/03 QUINTA FEIRA	ALMOÇO	LASANHA DE FRANGO	FRITO/COZIDO	LASANHA DE ABOBRINHA	CHUCHU AO ALHO	BRANCO / INTEGRAL	VERMELHO	ALFACE VERDE E ROXA	CENOURA RALADA	ABACAXI C/HORTELÃ	MAÇÃ/PÉ DE MOLEQUE
	JANTAR	CUBOS SUINO ACEBOLADO	FRITO/COZIDO	STROGONOFF DE GRÃOS (GRÃO DE BICO, ERVILHA E LENTILHA)	REPOLHO REFOGADO	BRANCO / INTEGRAL	VERMELHO	ALFACE VERDE E ROXA	BETERRABA RALADA	ABACAXI C/HORTELÃ	LARANJA/GOIA BADA CREMOSA
08/03 SEXTA FEIRA	ALMOÇO	PEIXE FRITO NO FUBÁ	FRITO/COZIDO	QUIBE ASSADO DE AVEIA LINHAÇA E ESPINAFRE	CREME DE ESPINAFRE	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	COUVE	CAPONATA DE BERINJELA	MELANCIA	BANANA/GELAT INA DE MORANGO
	JANTAR	SOBRECOXA CROCANTE	FRITO/COZIDO	NUGGETS DE MILHO VEGANO	VIRADO DE CEBOLA	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	COUVE	PEPINO C/ TOMATE	MELANCIA	MAÇÃ
09/03 SÁBADO	ALMOÇO	ISCA DE FRANGO C/PIMENTÕES COLORIDOS	FRITO/COZIDO	FEIJÃO BRANCO C/MORANGA E VAGEM	POLENTA TEMPERADA	BRANCO / INTEGRAL	PRETO	REPOLHO VERDE E ROXO	ABOBRINHA RALADA	LARANJA	MELANCIA/BAN ANADA
11/03 SEGUNDA FEIRA	ALMOÇO	CUBOS SUINO AO BARBECUE	FRITO/COZIDO	FRICASSÊ DE GRÃO DE BICO C/ALHO PORÓ	CANJIQUINHA	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	ALFACE CRESPA	BETERRABA RALADA	ABACAXI	LARANJA
	JANTAR	CARNE MOÍDA C/MILHO	FRITO/COZIDO	PTS C/VAGEM E BRÓCOLIS	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	ALFACE CRESPA	CENOURA COZIDA	ABACAXI	BANANA/PÉ DE MOLEQUE

12/03 TERÇA FEIRA	ALMOÇO	CHURRASCO MISTO	FRITO/COZIDO	PAELLLA VEGANA	FAROFA CROCANTE	BRANCO / INTEGRAL	VERMELHO BATIDO	ALMEIRÃO	VINAGRETE	LARANJA	MAÇÃ/ GOIABADA CREMOSA
	JANTAR	FRICASSÊ DE FRANGO	FRITO/COZIDO	FEIJÃO BRANCO C/QUINOA E MORANGA	ABOBRINHA AO ALHO	BRANCO / INTEGRAL	VERMELHO BATIDO	ALMEIRÃO	PEPINO C/MILHO	LARANJA	MELANCIA
13/03 QUARTA FEIRA	ALMOÇO	CARNE DE PANELA	FRITO/COZIDO	TOMATE RECHEADO C/QUINOA,MILHOE AZEITONA	MANDIOCA ENSOPADA	BRANCO / INTEGRAL	PRETO	COUVE	CENOURA RALADA	LIMÃO	BANANA
	JANTAR	FEIJOADA	FRITO/COZIDO	FEIJOADA VEGANA	FAROFA DE CEBOLA	BRANCO / INTEGRAL	PRETO	COUVE	VINAGRETE	LIMÃO	LARANJA/ GELATINA DE UVA
14/03 QUINTA FEIRA	ALMOÇO	ISCA BOVINA ACEBOLADA	FRITO/COZIDO	GRÃO DE BICO XADREZ	ANGU	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA BATIDO	ALMEIRÃO	PEPINO C/TOMATE	MELANCIA	BANANA/PAÇO CA
	JANTAR	LASANHA DE FRANGO	FRITO/COZIDO	MIX DE BATATA BAROA, FEIJÃO BRANCO, BRÓCOLIS E CHIA	CHUCHU REFOGADO	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA BATIDO	ALMEIRÃO	BETERRABA RALADA	MELANCIA	MAÇÃ
15/03 SEXTA FEIRA	ALMOÇO	SOBRECOXA CROCANTE	FRITO/COZIDO	QUIBE DE MORANGA C/ALHO PORÓ	CREME DE ESPINAFE	BRANCO / INTEGRAL	VERMELHO	REPOLHO VERDE E ROXO	TABULE	LARANJA	MELANCIA/DOC E DE LEITE CREMOSO
	JANTAR	STROGONOFF SUINO	FRITO/COZIDO	STROGONOFF DE ERVILHA, GRÃO DE BICO E LINHAÇA	CENOURA SAUTÊ	BRANCO / INTEGRAL	VERMELHO	REPOLHO VERDE E ROXO	PEPINO EM RODELAS	LARANJA	BANANA
16/03 SÁBADO	ALMOÇO	FILÉ DE PEIXE À PORTUGUESA	FRITO/COZIDO	FEIJÃO BRANCO C/VAGEM E BRÓCOLIS	FAROFA DE BANANA	BRANCO / INTEGRAL	PRETO	ALFACE CRESPA	CENOURA COZIDA	MARACUJÁ	MAÇÃ/GELATIN A DE LIMÃO
18/03 SEGUNDA FEIRA	ALMOÇO	STROGONOFF DE FRANGO	FRITO/COZIDO	QUIBE DE INHAME E LINHAÇA	ABOBRINHA AO ALHO	BRANCO / INTEGRAL	VERMELHO	REPOLHO VERDE	TOMATE EM RODELAS	MELANCIA	LARANJA
	JANTAR	CARNE BOVINA COZIDA	FRITO/COZIDO	HAMBURGUER DE GRÃO DE BICO E ESPINAFRE	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO	BRANCO / INTEGRAL	VERMELHO	REPOLHO VERDE	CENOURA RALADA	MELANCIA	MAÇÃ/BANANA DA
19/03 TERÇA FEIRA	ALMOÇO	FEIJOADA	FRITO/COZIDO	FEIJOADA VEGANA	FAROFA DE CEBOLA	BRANCO / INTEGRAL	PRETO	COUVE	VINAGRETE	LIMÃO	LARANJA/PUDI M DE CARAMELO
	JANTAR	FRANGO XADREZ	FRITO/COZIDO	PTS C/MILHO E BRÓCOLIS	CANJIQUINHA	BRANCO / INTEGRAL	PRETO	COUVE	PEPINO EM RODELAS	LIMÃO	BANANA
20/03 QUARTA FEIRA	ALMOÇO	ISCA BOVINA AO MOLHO	FRITO/COZIDO	LENTILHA AO SUGO	CENOURA SAUTÊ	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	ALMEIRÃO	CAPONATA DE BERINJELA	ABACAXI	MAÇÃ
	JANTAR	SOBRECOXA ASSADA	FRITO/COZIDO	BATATA BAROA,ERVILHA E FEIJÃO BRANCO	REPOLHO BULGARO	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	ALMEIRÃO	BETERRABA COZIDA	ABACAXI	LARANJA/GELA TINA DE PESSEGO
21/03	ALMOÇO	PEIXE FRITO NO FUBÁ	FRITO/COZIDO	GRÃO DE BICO BICO XADREZ	PURÊ DE BATATA	BRANCO / INTEGRAL	VERMELHO BATIDO	ALFACE CRESPA E ROXA	PEPNO EM RODELAS	MARACUJÁ	BANANA/DOCE DE LEITE CREMOSO

QUINTA												
FEIRA 22/03 SEXTA	JANTAR	ISCA DE FRANGO ACEBOLADO	FRITO/COZIDO	TOMATE RECHEADO C/QUINOA, MILHO E AZEITONA	FAROFA DE CEBOLA	BRANCO / INTEGRAL	VERMELHO BATIDO	ALFACE CRESPA E ROXA	CENOURA COZIDA	MARACUJÁ	MELANCIA	
	ALMOÇO	SOBRECOXA ASSADA	FRITO/COZIDO	FEIJÃO BRANCO C/VAGEM E BRÓCOLIS	CREME DE ESPINAFRRE	BRANCO / INTEGRAL	PRETO	ALMEIRÃO	TABULE	MELANCIA	LARANJA/GOIA BADA CREMOSA	
FEIRA	JANTAR	STROGONOFF BOVINO	FRITO/COZIDO	LASANHA DE ABOBRINHA	CHUCHU AO ALHO	BRANCO / INTEGRAL	PRETO	ALMEIRÃO	BETERRABA RALADA	MELANCIA	MAÇÃ	
23/03 SÁBADO	ALMOÇO	CARNE MOÍDA C/CENOURA	FRITO/COZIDO	MIX DE GRÃOS (ERVILHA.MILHO E FEIJÃO BRANCO)	POLENTA TEMPERADA	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	COUVE	TOMATE EM RODELAS	LARANJA C/MANGA	MELANCIA/GEL ATINA DE UVA	
25/03	ALMOÇO	CUBOS SUINO AO CURRY	FRITO/COZIDO	LENTILHA C/TOMATE E BRÓCOLIS	ABOBRINHA REFOGADA	BRANCO / INTEGRAL	VERMELHO	ALFACE CRESPA	BETERRABA RALADA	ABACAXI C/HORTELÃ	LARANJA	
SEGUNDA FEIRA 26/03 TERÇA	JANTAR	ISCA BOVNA AO MOLHO	FRITO/COZIDO	QUIBE ASSADO DE AVEIA COM ORA PRO NOBIS	MACARRÃO AO PESTO	BRANCO / INTEGRAL	VERMELHO	ALFACE CRESPA	CENOURA COZIDA	ABACAXI C/HORTELÃ	MELANCIA	
	ALMOÇO	BIFE SUÍNO ACEBOLADO	FRITO/COZIDO	GRÃO DE BICO C/VAGEM E MILHO	PURÊ DE BATATA	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	REPOLHO VERDE E ROXO	PEPINO EM RODELAS	LARANJA	BANANA/GOIA BADA CREMOSA	
27/03 QUARTA FEIRA	JANTAR	SOBRECOXA CROCANTE	FRITO/COZIDO	PAELLA VEGANA	CREME DE MILHO	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	REPOLHO VERDE E ROXO	CAPONATA DE BERINJELA	LARANJA	MAÇÃ/PUDIM DE COCO	
	ALMOÇO	FRICASSÊ DE CARNE MOIDA	FRITO/COZIDO	FRICASSÊ DE GRÃO DE BICO	CENOURA SAUTÊ	BRANCO / INTEGRAL	PRETO BATIDO	COUVE	VINAGRETE	MARACUJÁ	LARANJA	
	JANTAR	PEIXE FRITO NO FUBÁ	FRITO/COZIDO	FEIJÃO BRANCO C/VAGEM E BRÓCOLIS	FAROFA DE BANANA	BRANCO / INTEGRAL	PRETO BATIDO	COUVE	ABOBRINHA RALADA	MARACUJÁ	BANANA/GELAT INA DE CEREJA	
28/03 a 31/03	RECESSO	RECESSO										
OBSERVAÇÕES:		É permitida ao usuário a repetição das opções: arroz, feijão, guarnição e saladas.					A BG ALIMENTAÇÃO DESEJA AOS CLIENTES UMA FELIZ PÁSCOA!!!					
_						-						