



ALMOÇO

 CARDÁPIO RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO - UFSJ CCO MÊS DEZEMBRO 2023 												
Data	DIA	Horário	PRATO PRINCIPAL	OVOS	VEGETARIANO	GUARNIÇÃO	SALADA 1	SALADA 2	ARROZ	FEIJÃO	SOBREMESA	SUCO
1-dez.-23	Sex	Almoço	Filé de Frango Grelhado	Fritos / Cozidos	Quibe de bandeja	Macarronada	Alface Crespa	Cenoura cozida	Simples / Integral	Preto	Banana	Melão c/ hortelã
2-dez.-23	sáb											
3-dez.-23	dom											
4-dez.-23	Seg	Almoço	Isclas de Fígado	Fritos / Cozidos	Assado de soja	Purê de Batata	Mix de folhas	Tomate	Simples / Integral	Carioca	Maçã	Mamão c/ Laranja
5-dez.-23	Ter	Almoço	Cubos Bovinos com Pimentão e Cebola	Fritos / Cozidos	Lentilha c/ legumes	Mandioca Cozida	Acelga	Chuchu	Simples / Integral	Carioca Batido	Gelatina de morango / Salada de frutas	Limão
6-dez.-23	Qua	Almoço	Bife de Panela (Bovino)	Fritos / Cozidos	Xadrez de legumes com amendoim	Espaguete ao alho e óleo	Mix de folhas	Berinjela c/ Óregano	Simples / Integral	Tutu de feijão	Paçoca/ Laranja	Melancia c/ Hortelã
7-dez.-23	Qui	Almoço	Frango Caipira	Fritos / Cozidos	Ervilha c/ Batata	Farofa de Abobrinha	Alface Crespa	Beterraba Cozida	Simples / Integral	Carioca	Pudim de chocolate / Banana	Laranja
8-dez.-23	sex		Feriado Municipal E RECESSO									
9-dez.-23	sáb											
10-dez.-23	dom											
11-dez.-23	seg	Almoço	Carne Moída à Primavera	Fritos / Cozidos	Fricassê de soja	Macarronada	Almeirão	Cenoura Ralada	Simples / Integral	Carioca	Doce Tablete Banana/ Maçã	Laranja
12-dez.-23	ter	Almoço	Fricassê de frango	Fritos / Cozidos	Almondega de grão de bico ao molho	Creme de Milho	Acelga	Chuchu	Simples / Integral	Preto	Gelatina de Cereja /Banana	Melancia
13-dez.-23	qua	Almoço	Isclas Bovinas Aceboladas	Fritos / Cozidos	Hamburguer de abóbora c/ aveia e linhaça	Quibebe de Abóbora	Alface c/ Laranja	Berinjela c/ Óregano	Simples / Integral	Tutu de feijão	Laranja	Abacaxi
14-dez.-23	qui	Almoço	Peixe ao Brás	Fritos / Cozidos	Lasanha de Berinjela	Pirão de Cenoura	Almeirão	Abobrinha	Simples / Integral	vermelho	Arroz Doce/ Maçã	Melão c/ hortelã
15-dez.-23	sex	Almoço	Bife Suino ao Molho Brase c/ Abacaxi	Fritos / Cozidos	Lentilha c/ Batata	Farofa Natalina (milho, ervilha e maça)	Mix de folhas c/ laranja	Salpicão (cenoura, repolho, passas	Simples / Integral	Tutu de feijão	Bolo/Melancia	Limão
16-dez.-23	sáb											

ALMOÇO

17-dez.-23	dom											
18-dez.-23	seg	Almoço	Strogonoff de Bovino	Fritos / Cozidos	Escondidinho de lentilha	Abobrinha Refogada	Mostarda	Cenoura ralada	Simples / Integral	Preto	Melancia	Laranja
19-dez.-23	ter	Almoço	Iscas Suína acebolada	Fritos / Cozidos	Croquete de feijão branco	Chuchu Tropeiro	Mix de folhas	Beterraba cozida	Simples / Integral	vermelho	Banana Caramelizada/ Maçã	Mamão c/ Manga
20-dez.-23	qua	Almoço	Frango Assado	Fritos / Cozidos	Hamburguer de abóbora c/ aveia e linhaça	Angú ao Sugo	Almeirão	Berinjela c/ Óregano	Simples / Integral	Tutu de feijão	Gelatina de cereja/ Mamão	Melancia c/ Beterraba
21-dez.-23	qui	Almoço	Carne moída c/ batata	Fritos / Cozidos	Grão de bico c/ legumes	Espaguete ao alho e óleo	Alface c/ Mostarda	Abobrinha	Simples / Integral	Carioca	Laranja	Melão c/ hortelã
22-dez.-23	sex	Almoço	Cubos Suíno à Brasé	Fritos / Cozidos	Carne Moída de Soja	Batata Doce Sautê	Acelga	Marroquina	Simples / Integral	Carioca	Pudim de chocolate /Melancia	Laranja
RECESSO DE FIM DE ANO E FÉRIAS												