

Semana I: de 06 a 10 de agosto de 2018 (Aquarius) – CARDÁPIO DOS ESTUDANTES

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Saladas Cruas	Alface Crespa Tomate Uva	Alface Americana c/Morangos	Alface Crespa Tomate	Alface Americana Tomate Uva	Alface Roxa c/Manga
	Beterraba Ralada c/Milho Verde	Pepino Cubos c/Cenoura e Passas	Rúcula c/Tomate Seco	Repolho Fatiado c/Milho	Cenoura Ralada c/ Gergelim Branco
Saladas Cozidas	Quiabo à Vinagrete	Feijão Verde à Vinagrete	Couscous Marroquino c/Frango, Cenoura e Passas	Couve ao Alho e Óleo	Abóbora c/Ervilha, Cebola Roxa e Salsa
	Massa Parafuso c/Cenoura e Peito Peru	Cenoura Cozida c/Brócolis	Banana Terra Cozida	Beterraba Cozida	Chuchu Refogado c/Orégano e Milho
Arroz (02 tipos)	Branco Integral c/Lentilhas	Branco Integral	Branco Integral c/Couve	Branco Integral	Branco Integral
Feijão	Carioquinha	Preto	Carioquinha	Preto	Carioquinha
Guarnição	Macarrão de Forno de Maria Clara Couto	Pãozinho da Rafaela Carmo	Nhoc com Molho à Bolonesa de Luigi	Lasanha de Berinjela de Felipe Damasceno	Batata Recheada com Queijo de Felipe Damasceno
Prato Principal	Bolinho de Abóbora com Carne de João Marcos Queiróz	Filé de Peixe Assado c/Molho de Limão	Coxa e Sobrecoxa Assada	Rocambole de Batata c/Recheio de Carne e Molho Tomate	Brasileirinho de João Miguel
Opção	Filé de Frango Grelhado	Cubos de Carne com Cenoura	Tiras de Carne Acebolada	Filé de Frango Grelhado c/Vagem	Isca de Frango Grelhada
Sobremesa	Fruta	Bolo de Banana Fit de Mateus Souza	Frutas	Cupcake de Chocolate -Rafaela e Isabella Rátis	Frutas

***Cardápio sujeito a alterações**

Semana II: 13 a 17 de agosto de 2018 (Aquarius)

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Saladas Cruas	Alface Americana Tomate Uva	Alface Crespa Tomate	Alface Americana Tomate Cereja	Alface Roxa Tomate	Alface Crespa Tomate Uva
	Acelga Fatiada c/Passas e Kani Kama	Cenoura Ralada c/Couve e Milho	Tomate Gratinado	Repolho Branco c/Manga e Tomate Uva	Rúcula c/Tomate Seco
Saladas Cozidas	Brócolis Alho e Óleo	Lentilha c/Tomate Uva e Manjericão	Vagem c/Cenoura Refogada	Batata c/Atum	Camponata de Berinjela
	Repolho Roxo refogado c/Azeitonas	Abóbora c/Quiabo	Tabule de Trigo	Couve-Flor Refogada	Ovos de Codorna
Arroz (02 tipos)	Branco 7 Cereais	Branco Integral c/Ervilhas	Branco Integral	Branco Integral c/Couve	Branco Integral
Feijão	Preto	Carioquinha	Preto	Carioquinha	Preto
Guarnição	Penne Colorido ao Alho e Óleo	Abacaxi e Banana Grelhados	Farofa com Cenoura	Purê de Mandioquinha	Tomate Recheado c/Ricota
Prato Principal	Almôndegas de Frango c/Molho Tomate	Lasanha de Queijo e Presunto	Estrogonofe de Frango com Batata Palha	Frigideira de Peixe	Ensopado de Carne c/Batatas
Opção	Filé de Carne Acebolada	Filé de Frango Grelhado	Isca de Carne Grelhada c/Brócolis	Isca de Frango Grelhada	Cubos de Frango Grelhado
Sobremesa	Fruta	Doce de Leite de Copinho	Fruta	Mousse de Cupuaçu Maria Luisa Grava	Fruta

***Cardápio sujeito a alterações**

Semana III: 20 a 24 de agosto de 2018 (Aquarius)

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Saladas Cruas	Alface Americana Tomate	Alface Crespa Tomate-Uva	Alface Americana Tomate	Alface Roxa Tomate-Cereja	Alface Crespa Tomate
	Rúcula c/Tomate Seco	Beterraba Ralada c/Minas Frescal	Pepino em Cubos c/Passas Pretas	Abobrinha Ralada c/Cenoura	Repolho Roxo Fatiado c/Maça Verde
Saladas Cozidas	Couve Flor c/ogurte Natural e Gergelim Preto	Couve ao Alho e Óleo	Feijão Branco c/Tomate Seco e Manjeriçao	Batata Doce Alho e Óleo c/Salsa	Parafuso c/Brócolis
	Batata c/Ervilhas	Mini Sanduíche de Atum	Berinjela Assada c/Azeite e Orégano	Brócolis ao Alho e Óleo	Beterraba Cozida c/Laranja
Arroz (02 tipos)	Branco Integral c/Brócolis	Branco Integral	Branco Integral c/Vagem	Branco Integral	Branco Integral c/Linhaça
Feijão	Carioquinha	Preto	Carioquinha	Preto	Carioquinha
Guarnição	Farofa de Couve	Pirão	Massa Parafuso Alho e Óleo	Feijão Tropeiro	Banana da Terra Cozida
Prato Principal	Empadão de Frango	Cozido	Rocambole Batata Doce c/Recheio Frango e Molho Tomate	Escondidinho de Carne do Sol	Omelete de Frango
Opção	Filé de Carne Grelhado	Cubos de Frango Acebolado	Isca de Carne Acebolada	Filé de Frango Grelhado	Bife Grelhado
Sobremesa	Salada de Frutas c/Leite Condensado	Fruta	Fruta	Fruta	Mousse de Maracujá

***Cardápio sujeito a alterações**

Semana IV: 27 a 31 de agosto de 2018 (Aquarius)

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Saladas Cruas	Alface Crespa Tomate	Alface Americana Tomate	Alface Roxa Tomate-Uva	Alface Americana Tomate Cereja	Alface Crespa Tomate
	Cenoura Ralada c/Passas Pretas	Repolho Branco c/Couve Fatiado	Acelga Fatiada c/Kani Kama, Milho e Salsa	Rúcula c/Tomate Seco	Agrião c/Laranja
Saladas Cozidas	Ovos de Galinha c/Azeite e Orégano	Abobrinha Refogada c/Azeitonas e Salsa	Cenoura c/Gergelim Branco e Preto	Banana da Terra Cozida em Rodelas	Fradinho c/Cenoura Ralada e Ervilhas
	Beterraba c/Ricota	Grão de Bico à Vinagrete	Brócolis c/Couve-Flor	Quiabo à Vinagrete	Abóbora Refogada
Arroz (02 tipos)	Branco Integral c/Aveia	Branco 7 Cereais	Branco Integral	Branco Integral c/Cenoura	Branco Integral
Feijão	Preto	Carioquinha	Preto	Carioquinha	Preto
Guarnição	Nhoque de Mandioquinha c/Molho Tomate	Brócolis Gratinado	Farofa de Cenoura	Purê de Batata	Yakissoba de Legumes
Prato Principal	Carne Moída	Filé de Peixe Assado c/Molho Tomate	Quiabada	Panqueca de Carne	Frango Xadrez
Opção	Filé de Frango Grelhado	Isca de Carne Acebolada	Isca de Frango c/Vagem	Filé de Frango Grelhado	Filé de Carne Acebolado
Sobremesa	Fruta	Bolo de Formigueiro	Fruta	Gelatina de Morango	Fruta

***Cardápio sujeito a alterações**