



SABOR NA BRASA - ALIMENTAÇÃO E SERVIÇOS

RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO - UFC

CARDÁPIO SEMANAL - 01 A 03 DE NOVEMBRO DE 2023

ALMOÇO	Segunda (30/10)	Terça (31/10)	Quarta (01/11)	Quinta (02/11)	Sexta (03/11)
Principal			Feijoada	Feriado	Suíno em iscas
			Frango assado	Feriado	Frango a molho Bechamel * **
Vegetariano			Almondega de soja **	Feriado	Hambúrguer de soja **
Salada			Vinagrete	Feriado	Acelga, cenoura, beterraba e milho
Guarnição			Farofa	Feriado	Cuscuz
Acompanhamentos			Arroz Branco	Feriado	Arroz Branco
			Arroz Integral	Feriado	Arroz Integral
			Feijão Carioca	Feriado	Feijão Carioca
Suco			Acerola	Feriado	Cajú
Sobremesa			Laranja	Feriado	Banana
			Doce	Feriado	Doce
JANTAR	Segunda (30/10)	Terça (31/10)	Quarta (01/11)	Quinta (02/11)	Sexta (03/11)
Principal			Paçoca	Feriado	Strogonoff de carne * **
			Creme de frango * **	Feriado	Filé de frango grelhado
Vegetariano			Paçoca veggie	Feriado	Croquete de soja **
Salada			Alface, pepino e cenoura	Feriado	Acelga, cenoura e pepino
Guarnição			Macarrão ao alho e óleo **	Feriado	Farofa
Acompanhamentos			Arroz Branco	Feriado	Arroz Branco
			Arroz Integral	Feriado	Arroz Integral
			Feijão Carioca	Feriado	Feijão Carioca
Suco			Cajá	Feriado	Goiaba
Sobremesa			Melancia	Feriado	Melão
			Doce	Feriado	Doce

OBS: O cardápio pode sofrer alterações, dependendo da disponibilidade de produtos em estoque.

* Contém LEITE/LACTOSE

** Contém Glúten

***Contém Amendoim

ELAINE GOMES
Nutricionista – CRN11 17064



SABOR NA BRASA - ALIMENTAÇÃO E SERVIÇOS

RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO - UFC

CARDÁPIO SEMANAL - 06 A 10 DE NOVEMBRO DE 2023

ALMOÇO	Segunda (06/11)	Terça (07/11)	Quarta (08/11)	Quinta (09/10)	Sexta (10/11)
Principal	Bisteca suína	Carne ao molho madeira * **	Feijoada	Paçoca	Suíno em iscas
	Creme de frango * **	Frango acebolado	Frango assado	Frango ao curry **	Frango xadrez ***
Vegetariano	Strogonoff de grão de bico **	Lasanha de abobrinha **	Tempurá **	Croquete de soja **	Almondega de soja **
Salada	Acelga, alface, cenoura e beterraba	Acelga, alface, repolho e abacaxi	Vinagrete	Cenoura, beterraba e acelga	Repolho, cenoura, alface e tomate
Guarnição	Cuscuz	Pirão	Farofa	Purê de abobora **	Cuscuz
Acompanhamentos	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Baião	Arroz Branco
	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral
	Feijão de Corda	Feijão Fradinho	Feijão Carioca	Feijão de Corda	Feijão Carioca
Suco	Acerola	Goiaba	Manga	Goiaba	Cajú
Sobremesa	Abacaxi	Melão	Laranja	Melancia	Melão
	Doce	Doce	Doce	Doce	Doce
JANTAR	Segunda (06/11)	Terça (07/11)	Quarta (08/11)	Quinta (09/10)	Sexta (10/11)
Principal	Isclas de carne ao molho **	Sopa de carne **	Isclas de carne	Churrasco misto	Bife de panela
	Frango em cubos	Frango ao molho bechamel * **	Frango Pizzaiolo **	Fricassê de frango * **	Panqueca de frango * **
Vegetariano	Hamburguer de soja **	Sopa veggie **	Escondidinho veggie	Bolinho de soja e lentilha	Paçoca veggie
Salada	Alface, repolho, cenoura e abacaxi	Batata doce, cenoura e beterraba	Alface, cenoura, acelga e milho	Pepino, cenoura, acelga	Beterraba, acelga, cenoura e milho
Guarnição	Macarrão ao alho e óleo **	Cuscuz	Macarrão ao sugo **	Farofa	Macarrão ao alho e óleo **
Acompanhamentos	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco
	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral
	Feijão de Corda	Feijão Fradinho	Feijão de Carioca	Feijão de Corda	Feijão Carioca
Suco	Cajá	Cajú	Acerola	Cajá	Goiaba
Sobremesa	Melancia	Banana	Melão	Mamão	Abacaxi
	Doce	Doce	Doce	Doce	Doce

OBS: O cardápio pode sofrer alterações, dependendo da disponibilidade de produtos em estoque.

* Contém Leite/Lactose

** Contém Glúten

*** Contém Amendoim

ELAINE BARBALHO
Nutricionista – CRN11 17064



SABOR NA BRASA - ALIMENTAÇÃO E SERVIÇOS

RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO - UFC

CARDÁPIO SEMANAL - 13 A 17 DE NOVEMBRO DE 2023

ALMOÇO	Segunda (13/11)	Terça (14/11)	Quarta (15/11)	Quinta (16/11)	Sexta (17/11)
Principal	Strogonoff de carne * **	Trinchado suíno	Feijoada	Paçoca	Suíno acebolado
	Coxa e sobrocoxa de frango	Frango ao curry **	Frango assado	Frango xadrez ***	Creme de frango * **
Vegetariano	Croquete de soja **	Bolinho de soja e lentilha **	Hambúrguer de soja **	Lasanha de berinjela **	Almondega de soja **
Salada	Alface, repolho, pepino e tomate	Acelga, alface, cenoura e manga	Vinagrete	Repolho, pepino, cenoura e tomate	Acelga, pepino, cenoura e beterraba
Guarnição	Macarrão ao alho e óleo **	Purê de abobora **	Farofa	Purê de macaxeira	Cuscuz
Acompanhamentos	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz branco	Arroz Branco
	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral
	Feijão Fradinho	Feijão de Corda	Feijão Carioca	Feijão de Corda	Feijão Fradinho
Suco	Cajá	Cajú	Acerola	Cajú	Manga
Sobremesa	Banana	Melão	Laranja	Banana	Melão
	Doce	Doce	Doce	Doce	Doce
JANTAR	Segunda (13/11)	Terça (14/11)	Quarta (15/11)	Quinta (16/11)	Sexta (17/11)
Principal	Carré suíno	Isclas de carne	Churrasco misto	Trinchado suíno ao barbecue **	Carne ao molho madeira * **
	Frango pizzaiolo **	Sopa de frango **	Fricassê de Frango * **	Filé de frango	Isclas de frango
Vegetariano	Tempurá **	Sopa veggie **	Almondega de soja **	Abobrinha recheada	Vatapá de grão de bico **
Salada	Repolho, acelga, pepino e cenoura	Beterraba, cenoura e milho	Acelga, cenoura e pepino	Acelga, cenoura e beterraba	Vinagrete
Guarnição	Cuscuz	Farofa	Cuscuz	Purê de abobora **	Macarrão ao alho e óleo **
Acompanhamentos	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco
	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral
	Feijão Fradinho	Feijão de Corda	Feijão de Carioca	Feijão Corda	Feijão Fradinho
Suco	Goiaba	Manga	Cajá	Goiaba	Acerola
Sobremesa	Abacaxi	Melancia	Mamão	Abacaxi	Maçã
	Doce	Doce	Doce	Doce	Doce

OBS: O cardápio pode sofrer alterações, dependendo da disponibilidade de produtos em estoque.

* Contém LEITE/LACTOSE

** Contém Glúten

*** Contém Amendoim

ELAINE BARBALHO
Nutricionista – CRN11 17064



SABOR NA BRASA - ALIMENTAÇÃO E SERVIÇOS

RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO - UFC

CARDÁPIO SEMANAL - 20 A 24 DE NOVEMBRO DE 2023

ALMOÇO	Segunda (20/11)	Terça (21/11)	Quarta (22/11)	Quinta (23/11)	Sexta (24/11)
Principal	Iscas de carne	Bisteca Suína	Feijoada	Strogonoff de carne * **	Trinchado suíno
	Vatapá de frango * **	Frango pizzaiolo **	Frango assado	Frango acebolado	Estrogonoff de frango* **
Vegetariano	Vatapá de grão de bico **	Hambúrguer de soja **	Tempurá **	Amondega de soja **	Paçoca veggio
Salada	Pepino, cenoura e beterraba	Acelga, beterraba e cenoura	Vinagrete	Alface, acelga, cenoura e uva passas	Repolho, alface, cenoura e manga
Guarnição	Farofa	Macarrão ao alho e óleo **	Farofa	Macarão ao sugo **	Purê de abobora **
Acompanhamentos	Arroz Branco	Arroz branco	Arroz Branco	Baião de dois	Arroz Branco
	Arroz Integral	Arroz integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral
	Feijão de Corda	Feijão Fradinho	Feijão Carioca	Feijão de Corda	Feijão de Fradinho
Suco	Acerola	Goiaba	Manga	Cajá	Cajú
Sobremesa	Melancia	Banana	Laranja	Melancia	Melão
	Doce	Doce	Doce	Doce	Doce
JANTAR	Segunda (20/11)	Terça (21/11)	Quarta (22/11)	Quinta (23/11)	Sexta (24/11)
Principal	Suíno ao molho barbecue **	Sopa de carne **	Bife acebolado	Churrasco misto	Escondidinho de carne de sol
	Coxa e sobrecoxa de frango	Filé de frango grelhado	Creme de frango * **	Frango pizzaiolo **	Frango ao molho bechamel * **
Vegetariano	Almondega de soja **	Sopa veggio **	Bolinho de soja e lentilha **	Croquete de soja **	Escondidinho veggio
Salada	Batata doce, cenoura e beterraba	Batata doce, cenoura e beterraba	Alface, cenoura e pepino	Acelga, cenoura e milho	Acelga, repolho, cenoura e pepino
Guarnição	Cuscuz	Purê abobora **	Cuscuz	Purê de batata inglesa * **	Farofa
Acompanhamentos	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco
	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral
	Feijão de Corda	Feijão Fradinho	Feijão Carioca	Feijão de Corda	Feijão Fradinho
Suco	Cajá	Cajú	Acerola	Goiaba	Manga
Sobremesa	Mamão	Abacaxi	Melão	Banana	Mamão
	Doce	Doce	Doce	Doce	Doce

OBS: O cardápio pode sofrer alterações, dependendo da disponibilidade de produtos em estoque.

* Contém LEITE/LACTOSE

** Contém Glúten

*** Contém Amendoim



SABOR NA BRASA - ALIMENTAÇÃO E SERVIÇOS

RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO - UFC

CARDÁPIO SEMANAL - 27 E 30 DE NOVEMBRO DE 2023

ALMOÇO	Segunda (27/11)	Terça (28/11)	Quarta (29/11)	Quinta (30/11)	Sexta (01/12)
Principal	Carré suíno	Bife ao molho madeira * **	Feijoada	Strogonoff de carne * **	
	Strogonoff de frango * **	Isclas de frango	Frango assado	Frango acebolado	
Vegetariano	Almondega de soja **	Bolinho de soja com lentilha **	Tempurá**	Hambúrguer de soja **	
Salada	Alface, acelga, cenoura e beterraba	Repolho, beterraba, alface	Vinagrete	Acelga, alface, beterraba e milho	
Guarnição	Farofa	Pirão	Farofa	Purê de abobora **	
Acompanhamentos	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Baião de Dois	
	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	
	Feijão Fradinho	Feijão de Corda	Feijão Carioca	Feijão de Corda	
Suco	Cajú	Goiaba	Acerola	Goiaba	
Sobremesa	Melão	Banana	Laranja	Abacaxi	
	Doce	Doce	Doce	Doce	
JANTAR	Segunda (27/11)	Terça (28/11)	Quarta (29/11)	Quinta (30/11)	Sexta (01/12)
Principal	Strogonoff de carne * **	Trinchado suíno	Isclas de carne	Bisteca suína	
	Coxa e sobrecoxa	Sopa de Frango **	Fricassê de frango * **	Frango Xadrez ***	
Vegetariano	Hambúrguer de soja **	Sopa veggie **	Croquete de soja **	Abobrinha recheada	
Salada	Alface, repolho, cenoura e abacaxi	Cenoura, beterraba e milho	Alface, acelga e cenoura	Beterraba, alface, acelga e milho	
Guarnição	Macarrão ao óleo e alho **	Purê de abobora **	Cuscuz	Farofa	
Acompanhamentos	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	
	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	
	Feijão Fradinho	Feijão de Corda	Feijão Carioca	Feijão de Corda	
Suco	Acerola	Cajá	Cajú	Cajá	
Sobremesa	Abacaxi	Melancia	Melão	Banana	
	Doce	Doce	Doce	Doce	

OBS: O cardápio pode sofrer alterações, dependendo da disponibilidade de produtos em estoque.

* Contém Lactose

** Contém Glúten

*** Contém Amendoim

ELAINE GOMES
Nutricionista – CRN11 17064

