



CARDÁPIO RESTAURANTE ESTUDANTIL JUNHO

 CEFET/RJ

A top-down view of various fresh ingredients arranged on a light blue background. The ingredients include a bunch of red cherry tomatoes on the right, several pieces of garlic, fresh basil leaves, a small wooden bowl containing cheese slices and basil, a glass bottle of olive oil with a metal cage, a small wooden bowl with cheese and basil, a small wooden bowl with a white substance, and several pieces of pasta. The word "ALMOÇO" is written in the center in a bold, dark blue font.

ALMOÇO

CARDÁPIO RESTAURANTE ESTUDANTIL

SEMANA DE 15 A 19/06

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
SALADA	COUVE CRUA COM SUCO DE LIMÃO ABÓBORA RALADA	ALFACE LISA CENOURA COZIDA	CHICÓRIA COM RÚCULA BETERRABA RALADA COM LARANJA	ALFACE CRESPA CHUCHU COZIDO	SALADA MISTA PEPINO COM MOLHO DE LIMÃO E HORTELÃ
PRATO PRINCIPAL	PICADINHO DE CARNE COM MOLHO VERMELHO	ISCA DE PERNIL SUÍNO AO MOLHO BARBECUE	ALMÔNDEGA AO SUGO	FILÉ DE PEIXE ASSADO COM MOLHO DE TOMATE	ESTROGONOFE DE FRANGO *CONTÉM LACTOSE
OPÇÃO VEGETARIANA	BOLONHESA DE LENTINHA	OMELETE COM LEGUMES NO FORNO	ESFIRRA DE LENTILHA, BRÓCOLIS E CEBOLA *CONTÉM GLÚTEN	MOQUECA DE BANANA DA TERRA E GRÃO DE BICO	ESTROGONOFE DE LEGUMES COM GRÃO DE BICO
GUARNIÇÃO	FAROFA DE ALHO, CEBOLA E CHEIRO VERDE	ABOBRINHA COM ALHO E CEBOLINHA	ABÓBORA REFOGADA	PIRÃO	BATATA SAUTÉ COM SALSA
SOBREMESA E SUCO	MELANCIA SUCO DE ACEROLA	PAÇOCA *CONTÉM LACTOSE SUCO DE LIMÃO	MAÇÃ SUCO DE MANGA	BANANA SUCO DE CAJU	TANGERINA OU LARANJA SUCO DE UVA



LANCHE

CARDÁPIO RESTAURANTE ESTUDANTIL

SEMANA DE 15 A 19/06

SEGUNDA-FEIRA

TERÇA-FEIRA

QUARTA-FEIRA

QUINTA-FEIRA

SEXTA-FEIRA

BOLO DE BAUNILHA

*CONTÉM LACTOSE

*CONTÉM GLÚTEN

PÃO DE MILHO COM
PRESUNTO

*CONTÉM GLÚTEN

PÃO DE FORMA COM PASTA
DE FRANGO

*CONTÉM LACTOSE

*CONTÉM GLÚTEN

PÃO CARECA COM OVO
MEXIDO

*CONTÉM GLÚTEN

PÃO DE FORMA COM
QUEIJO MUÇARELA

*CONTÉM GLÚTEN

*CONTÉM LACTOSE

LANCHE

CAFÉ COM LEITE

*CONTÉM LACTOSE

MATE

SUCO DE GOIABA

LEITE COM FRUTAS
(MAMÃO E BANANA)

*CONTÉM LACTOSE

IOGURTE DE MORANGO

*CONTÉM LACTOSE

MELANCIA

MELÃO

MELÃO

TANGERINA/
LARANJA

MELANCIA