











































































	COMPOSIÇÃO	2ª FEIRA 08/06/2026	3ª FEIRA 09/06/2026	4ª FEIRA 10/06/2026	5ª FEIRA 11/06/2026	6ª FEIRA 12/06/2026	SÁBADO 13/06/2026	DOMINGO 14/06/2026
Café da manhã	BEBIDAS	Leite integral  ou Bebida de soja 						
		Café ou chá						
	PANIFICAÇÃO	Pão francês  ou Pão careca  ou Pão integral 	Pão francês  ou Pão careca  ou	Pão francês  ou Pão careca  ou Pão integral 	Pão francês  ou Pão careca  ou Pão integral 	Pão francês  ou Pão careca  ou	Pão francês  ou Pão careca  ou Pão integral 	Pão francês  ou Pão careca  ou Pão integral 
	OPÇÃO EXTRA		Canjica  Canjica vegetariana 			Broa de milho    		
	GORDURA	Manteiga  ou creme vegetal						
	COMPLEMENTO PADRÃO	Salsicha ao molho 	Ovos mexidos  	Frango desfiado	Carne bovina moída	Ovos mexidos  	Carne bovina desfiada	Ovos assados ao sugo 
	COMPLEMENTO OVOLACTOVEGETARIANO	Queijo muçarela 	Queijo minas 	Creme de ricota com azeitonas 	Queijo muçarela 	Ricota temperada 	Bebida láctea 	Queijo minas 
	COMPLEMENTO VEGETARIANO ESTRITO	Cenoura à bolonhesa de soja 	Pasta de lentilha com hortelã	Caponata de berinjela 	Requeijão de ervas	Amendotela 	Guacamole	Geleia de uva com chia
FRUTA	Banana	Maçã	Melancia	Mamão	Salada de frutas	Abacaxi	Melão	

Mesa de apoio: água, achocolatado, açúcar e adoçante. Cardápio sujeito a alteração.



Almoço	COMPOSIÇÃO	2ª FEIRA 08/06/2026	3ª FEIRA 09/06/2026	4ª FEIRA 10/06/2026	5ª FEIRA 11/06/2026	6ª FEIRA 12/06/2026	SÁBADO 13/06/2026	DOMINGO 14/06/2026
	SALADA 1	Alface crespa	Mix de folhas	Acelga	Repolho roxo	Alface com agrião	Chicória	Salada de alfaces
	SALADA 2	Picles de beterraba	Tomate	Rabanete	Antepasto de abobrinha	Tomate, cebola e pimentão em cubos	Salada mista	Feijão fradinho ao vinagrete
	MOLHO PARA SALADA	Salsa / Limão	Manjerição	Alho	Ácido	Hortelã / Limão	Ervas finas / Limão	Rosé   / Limão
	PRATO PRINCIPAL PADRÃO	Isca de carne ao molho OPÇÃO: Suíno  agriçoce 	Frango assado	Lasanha à bolonhesa    	Filé de frango ao molho sugo	Peixe ao molho bechamel gratinado   OPÇÃO: Silveirinha de carne	Suíno tropical  Opção: Isca de frango acebolada	Bife bovino ao molho sugo
	PRATO PRINCIPAL VOLACTOVEGETARIANO	Risoto de espinafre  	Croquete de soja gratinado  	Omelete de brócolis com queijo  	Bolinho de lentilha gratinado 	Isca de soja ao sugo gratinada  	Abobrinha recheada com lentilha gratinada 	Empadão de legumes com ervilha gratinado  
	PRATO PRINCIPAL VEGETARIANO ESTRITO	Silveirinha de soja 	Grão de bico à indiana 	Tomate recheado com homus de ervilha	Charuto de repolho com PTS 	Guisado de grãos de soja 	Escondidinho de legumes com lentilha	Caruru de grão de bico
	GUARNIÇÃO	Macarrão parafuso temperado 	Cenoura cozida com salsinha	Chuchu com vagem	Mix de batatas	Abóbora assada	Berinjela assada com cebola	Purê de batata doce
	ACOMPANHAMENTOS	Arroz branco e integral Feijão carioca	Arroz branco e integral Feijão preto	Arroz branco e integral Feijão carioca	Arroz branco e integral Feijão preto	Arroz branco e integral Feijão carioca	Arroz branco e integral Feijão preto	Arroz branco e integral Feijão carioca
	SOBREMESA	Mix de doces   OPÇÃO: Fruta	Melão	Banana	Mexerica	Laranja	Maçã	Melancia
BEBIDA (Refresco de)	Guaraná	Laranja	Maçã verde	Manga	Jabuticaba	Uva	Limão	

Mesa de apoio: água, farinha, molho de pimenta, vinagre, azeite e sal.

Cardápio sujeito a alteração.





UnB

conhecimento em movimento  
sociedade em transformação



# CARDÁPIO SEMANAL



	COMPOSIÇÃO	2ª FEIRA 08/06/2026	3ª FEIRA 09/06/2026	4ª FEIRA 10/06/2026	5ª FEIRA 11/06/2026	6ª FEIRA 12/06/2026	SÁBADO 13/06/2026	DOMINGO 14/06/2026
Jantar	SALADA 1	Repolho roxo	Alface com couve	Alface roxa e rúcula	Alface crespa	Acelga temperada	Mix de folhas	Alface roxa
	SALADA 2	Chuchu cozido com pimentões coloridos	Abobrinha com manjericão	Beterraba ralada	Pepino em cubos com gergelim	Picles de rabanete	Tomate fatiado	Cenoura ralada com passas
	MOLHO PARA SALADA	Ervas finas	Gengibre	Mostarda e mel Limão	Manjericão	Chipotle	Iogurte e hortelã Limão	Alho e limão
	PRATO PRINCIPAL PADRÃO	Frango a pizzaiolo	Carne de sol	Suíno ao molho de bacon OPÇÃO: Isca de frango acebolada	Strogonoff de carne  	Frango assado ao mostarda e mel	Escondidinho de carne moída com polenta	Empadão de frango  
	PRATO PRINCIPAL OVOLACTOVEGETARIANO	Fricassê de palmito com legumes  	Isca de soja a pizzaiolo  	Bolinho de cuscuz com soja gratinado 	Macarrão ao molho branco com PTS 	Lasanha de brócolis  	Delícia de lentilha 	Bife de soja ao sugo gratinado 
	PRATO PRINCIPAL VEGETARIANO ESTRITO	Berinjela recheada com homus de grão de bico	Ervilha ao sugo	Hambúrguer de abóbora com gergelim	Moqueca de vegetais com palmito e castanhas	Ervilha refogada com brócolis e couve-flor	Yakissoba 	Curry de legumes e ervilha
	SOPA	Caldo verde	Sopa minestrone	Creme de legumes	Creme de cenoura com gengibre	Sopa canjiquinha	Creme de cebola caramelizada	Sopa de ervilha com couve
	TORRADA	Torrada	Torrada	Torrada	Torrada	Torrada	Torrada	Torrada
	ACOMPANHAMENTOS	Arroz branco e integral Feijão carioca	Arroz branco e integral Feijão preto	Arroz branco e integral Feijão carioca	Arroz branco e integral Feijão preto	Arroz branco e integral Feijão carioca	Arroz branco e integral Feijão preto	Arroz branco e integral Feijão carioca
	SOBREMESA	Laranja	Abacaxi	Doce de leite OPÇÃO: Fruta	Maçã	Melancia	Banana	Mamão
BEBIDA (Refresco de)	Guaraná	Laranja	Maçã verde	Manga	Jabuticaba	Uva	Limão	

Mesa de apoio: água, farinha, molho de pimenta, vinagre, azeite e sal. Cardápio sujeito a alteração.



Cogumelo



Leite e derivados



Mel



Pimenta



Soja



Trigo/Glúten



Amendoim



Oleaginosa



Ovo



Suíno