CARDÁPIO SEMANAL

UnB — conhecimento em movimento sociedade em transformação

ISM ALIMENTAÇÃO E SERVIÇOS

	COMPOSIÇÃO	2ª FEIRA 23/06/2025	3ª FEIRA 24/06/2025	4ª FEIRA 25/06/2025	5ª FEIRA 26/06/2025	6ª FEIRA 27/06/2025	SÁBADO 28/06/2025
Café da manhã	BEBIDAS	Leite integral OU "leite" de soja					
				Chocolate quente Chocolate quente estrito		Chocolate quente Chocolate quente estrito	
		Café OU chá	Café OU chá	Café OU chá	Café OU chá	Café OU chá	Café OU chá
	PANIFICAÇÃO	Pão francês ou Pão careca ou	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 integral	Pão francês ou Pão careca ou Pão integral
	OPÇÃO EXTRA	Canjica Canjica vegetariana	Pamonha assada				
	GORDURA	Manteiga ou creme vegetal					
	COMPLEMENTO PADRÃO	Salsicha ao molho	Carne moída à bolonhesa	Ovos mexidos	Presunto	Frango desfiado	Queijo muçarela
	COMPLEMENTO OVOLACTOVEGETARIANO	Queijo minas	Queijo muçarela	Bebida láctea	Queijo muçarela	Iogurte natural	Ricota temperada
	COMPLEMENTO VEGETARIANO ESTRITO	Cachorro-quente vegetariano	Pasta de amendoim	Requeijão de ervas	Pasta de lentilha com mostarda	Homus de abóbora e gergelim	Maionese de abacate
	FRUTA	Banana	Melão	Melancia	Mamão	Abacaxi	Salada de frutas

Mesa de apoio: água, achocolatado, açúcar e adoçante.

Cardápio sujeito a alteração.

Cogumelo · Leite e derivados · Mel · Oleaginosas · Ovos · Pimenta · Soja · Suíno · Trigo

CARDÁPIO SEMANAL

UnB — conhecimento em movimento sociedade em transformação

ISM ALIMENTAÇÃO E SERVIÇOS

	COMPOSIÇÃO	2ª FEIRA 23/06/2025	3ª FEIRA 24/06/2025	4ª FEIRA 25/06/2025	5ª FEIRA 26/06/2025	6ª FEIRA 27/06/2025	SÁBADO 28/06/2025
Almoço	SALADA 1	Repolho branco com gergelim	Mix de folhas	Chicória	Acelga	Couve-manteiga	Mostarda
	SALADA 2	Tomate	Beterraba ralada	Salada mista (Alface, cebola, tomate e palmito)	Abóbora ralada	Pepino em cubos	Cenoura ralada
	MOLHO PARA SALADA	Alho	Manjericão	Chipotle	Ácido	Vinagrete	Hortelã / Limão
	PRATO PRINCIPAL PADRÃO	Frango assado com manjericão	Carne de sol OPÇÃO: Mungunzá salgado	Frango ao molho branco com queijo	Lagarto ao molho escuro	Feijoada OPÇÃO: Frango assado	Suíno ao molho de ervas OPÇÃO: Carne bovina ao molho
	PRATO PRINCIPAL OVOLACTOVEGETARIANO	Quiche de legumes e lentilha gratinada	Cuscuz vegetariano com ovos	Iscas de soja gratinadas	Risoto de espinafre com couve e queijo	Omelete de vegetais	Bife de soja ao sugo com queijo
	PRATO PRINCIPAL VEGETARIANO ESTRITO	Polpetone de quinoa	Mix de grãos refogados	Berinjela recheada com homus de grão de bico	Almôndega de soja ao sugo	Feijoada vegetariana	Ervilha com couve-flor ao curry
	GUARNIÇÃO	Jardineira verde	Abóbora cozida	Milho refogado	Batata assada	Farofa de cebola	Ratatouille
	ACOMPANHAMENTOS	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	Maçã	Cocada ou Paçoquinha OPÇÃO: Fruta	Banana	Mexerica	Laranja	Melão
	BEBIDA (Refresco de)	Morango	Manga	Caju	Limão	Uva	Morango

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

Cogumelo · Leite e derivados · Mel · Oleaginosas · Ovos · Pimenta · Soja · Suíno · Trigo

CARDÁPIO SEMANAL

conhecimento em movimento
sociedade em transformação

ALIMENTAÇÃO E SERVIÇOS

	COMPOSIÇÃO	2ª FEIRA 23/06/2025	3ª FEIRA 24/06/2025	4ª FEIRA 25/06/2025	5ª FEIRA 26/06/2025	6ª FEIRA 27/06/2025
Jantar	**SALADA 1**	Acelga temperada	Alface crespa	Repolho roxo	Alface roxa	Mix de folhas
	SALADA 2	Berinjela com pimentões	Tomate e cebola em cubos	Picles de pepino	Sunomono de rabanete	Berinjela com passas e hortelã
	MOLHO PARA SALADA	Hortelã	Salsa	Limão	Chimichurri / Limão	Mostarda e mel / Limão
	PRATO PRINCIPAL PADRÃO	Strogonoff de carne	Galinhada	Carne ao molho de vinho	Suíno ao molho de abacaxi Opção: Frango ao molho de laranja	Quibe assado com queijo
	PRATO PRINCIPAL OVOLACTOVEGETARIANO	Fritata de vegetais	Baião de dois com queijo coalho	Lasanha de brócolis gratinada	Quibe de legumes com quinoa gratinado	Nhoque à bolonhesa de soja com queijo
	PRATO PRINCIPAL VEGETARIANO ESTRITO	Tomate recheado com soja	Arroz carreteiro vegetariano	Bobó de legumes com soja	Abobrinha recheada com quinoa	Mix de grãos refogados (soja, lentilha, ervilha)
	SOPA	Creme de mandioca	Caldo verde	Creme de legumes	Creme de cenoura com gengibre	Creme de cebola com alho poró
	TORRADA	Torrada	Torrada	Torrada	Torrada	Torrada
	ACOMPANHAMENTOS	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
	SOBREMESA	Mamão	Cocada ou Paçoquinha OPÇÃO: Fruta	Abacaxi	Maçã	Banana
	BEBIDA (Refresco de)	Morango	Manga	Caju	Limão	Uva

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

Cogumelo · Leite e derivados · Mel · Oleaginosas · Ovos · Pimenta · Soja · Suíno · Trigo