



Cardápio semanal /Almoço

Segunda a sexta-feira

Almoço das
10h30 às 13h30

CARDÁPIO REFERENTE A SEMANA DE 05 A 09 DE OUTUBRO DE 2026

Segunda-feira 05/10	Terça-feira 06/10	Quarta-feira 07/10	Quinta-feira 08/10	Sexta-feira 09/10
PONTO FACULTATIVO	• ESTROGONOFÉ DE FRANGO  • SUÍNO AO MOLHO DE MOSTARDA E MEL   • ABOBRINHA GRATINADA • PURÊ DE BATATA INGLESA  • SALADA CRUA • MACARRÃO ESPAGUETE  • ARROZ BRANCO • FEIJÃO CARIOCA	• LAGARTO BOVINO AO MOLHO • PANELADA • OMELETE DE FORNO   • SALADA CRUA E COZIDA • FAROFA • ARROZ BRANCO • FEIJÃO PRETO	• FRANGO À PIZZAIOLA  • FILÉ DE PEIXE COM MOLHO • GUIZADO DE SOJA COM LEGUMES  • SALADA CRUA • ABOBRINHA REFOGADA • ARROZ BRANCO/ ARROZ INTEGRAL • FEIJÃO CARIOCA	• FEIJOADA  • COXINHA DA ASA NO FORNO • ESCONDIDINHO DE SOJA   • SALADA CRUA E COZIDA • FAROFA • ARROZ BRANCO • FEIJÃO PRETO
Sobremesa: FRUTA	Sobremesa: DOCE	Sobremesa: FRUTA	Sobremesa: FRUTA	Sobremesa: FRUTA

OBSERVAÇÕES:

- Cardápio sujeito a alterações;
- Composição nutricional disponível na cozinha;
- Informe-se sobre os pratos para alérgicos.



Universidade Estadual
da Região Tocantina
do Maranhão

ESTRUTURA DO CARDÁPIO



Trigo/Glúten



Amendoim



Oleaginosa



Ovo



Suíno



Cogumelo



Leite e derivados



Mel



Pimenta



Soja



Cardápio semanal /Jantar

Segunda a sexta-feira

Jantar das
17h30 às 20h00

CARDÁPIO REFERENTE A SEMANA DE 05 A 09 DE OUTUBRO DE 2026

Segunda-feira 05/10	Terça-feira 06/10	Quarta-feira 07/10	Quinta-feira 08/10	Sexta-feira 09/10
PONTO FACULTATIVO	• FRANGO ORIENTAL • ISCA DE CARNE ACEBOLADO • ESCONDIDINHO DE SOJA   • SALADA CRUA • BETERRABA COZIDA • ARROZ BRANCO - X • FEIJÃO CARIOCA	• MARIA ISABEL - X • ESPAGUETE AO MOLHO BRANCO  • SALADA CRUA • MACAXEIRA COZIDA - X - X	• LASANHA DE FRANGO  • CHURRASCO MISTO (CARNE E TOSCANA)  • OMELETE DE FORNO   • SALADA CRUA E COZIDA • FAROFA • ARROZ BRANCO/ ARROZ INTEGRAL • FEIJÃO DE CORDA	• SOPA DE CARNE  - X • SOPA DE SOJA   • SALADA CRUA E COZIDA - X • PÃO FRANCÊS  - X • LARANJA
Sobremesa: FRUTA	Sobremesa: DOCE	Sobremesa: FRUTA	Sobremesa: FRUTA	Sobremesa: FRUTA

OBSERVAÇÕES:

- Cardápio sujeito a alterações;
- Composição nutricional disponível na cozinha;
- Informe-se sobre os pratos para alérgicos.



Universidade Estadual
da Região Tocantina
do Maranhão

ESTRUTURA DO CARDÁPIO



Trigo/Glúten



Amendoim



Oleaginosa



Ovo



Suíno



Cogumelo



Leite e derivados



Mel



Pimenta



Soja