



# RESTAURANTE ESTUDANTIL 11 a 15/05

 CEFET/RJ

# CARDÁPIO RESTAURANTE ESTUDANTIL

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
SALADA	ALFACE LISA PEPINO	COUVE CRUA COM LARANJA ABÓBORA RALADA	ALFACE ROXA COM GERGELIM TOMATE EM CUBOS COM CEBOLA ROXA	CHICÓRIA BETERRABA COZIDA	ALFACE CRESPA CHUCHU COZIDO
PRATO PRINCIPAL	ISCA DE FRANGO AO MOLHO DE MOSTARDA	HAMBURGUER *CONTÉM GLÚTEN	LOMBO SUÍNO	CARNE MOÍDA	FILÉ DE SOBRECOXA ASSADA AO MOLHO DE ERVAS
OPÇÃO VEGETARIANA	FRICASSÉ DE GRÃO DE BICO	HAMBURGUER DE LENTILHA E AVEIA	ABOBRINHA COM FEIJÃO BRANCO	PANQUECA DE ESPINAFRE COM GRÃO DE BICO *CONTÉM GLÚTEN	QUIBEBE
GUARNIÇÃO	ABOBRINHA AO POMODORO	CREME DE MILHO *CONTÉM LACTOSE	CENOURA PALITO	ESPAGUETE AO SUGO *CONTÉM GLÚTEN	TOMATE RECHEADO COM LENTILHA E CEBOLA
SOBREMESA E SUCO	LARANJA SUCO DE UVA	MELANCIA SUCO DE MARACUJÁ	SALADA DE FRUTAS SUCO DE ACEROLA	BANANA SUCO DE LIMÃO	ARROZ DOCE *CONTÉM LACTOSE SUCO DE GOIABA

# CARDÁPIO RESTAURANTE ESTUDANTIL

**SEGUNDA-FEIRA**

**TERÇA-FEIRA**

**QUARTA-FEIRA**

**QUINTA-FEIRA**

**SEXTA-FEIRA**

BOLO DE FUBÁ

\*CONTÉM GLÚTEN  
\*CONTÉM LACTOSE

PÃO CARECA COM OVO  
MEXIDO

\*CONTÉM GLÚTEN

PÃO FRANCÊS COM  
QUEIJO MINAS

\*CONTÉM LACTOSE  
\*CONTÉM GLÚTEN

PÃO INTEGRAL  
COM MUÇARELA

\*CONTÉM LACTOSE  
\*CONTÉM GLÚTEN

PÃO FRANCÊS COM  
PASTA DE FRANGO

\*CONTÉM LACTOSE  
\*CONTÉM GLÚTEN

**LANCHE**

CAFÉ COM LEITE  
\*CONTÉM LACTOSE

LEITE COM  
ACHOCOLATADO  
\*CONTÉM LACTOSE

LEITE COM FRUTA  
(BANANA E MAMÃO)  
\*CONTÉM LACTOSE

SUCO DE UVA

MATE

MELÃO

MAMÃO

MAÇÃ

SALADA DE FRUTAS

MELANCIA