

<b>C A F É  D A  M A N H Ã</b>	<b>Composição</b>	<b>2ª FEIRA 29/06/2026</b>	<b>3ª FEIRA 30/06/2026</b>	<b>4ª FEIRA 01/07/2026</b>	<b>5ª FEIRA 02/07/2026</b>	<b>6ª FEIRA 03/07/2026</b>	<b>SABADO 04/07/2026</b>	
	<b>Leite</b>	Leite desnatado e integral	Leite desnatado e integral	Leite desnatado e integral	Leite desnatado e integral	Leite desnatado e integral	Leite desnatado e integral	Leite desnatado e integral
	<b>Bebida vegetal (vegana)</b>	Bebida vegetal de soja	Bebida vegetal de castanha	Bebida vegetal de soja	Bebida vegetal de coco	Bebida vegetal de soja	Bebida vegetal de amêndoa	
	<b>Café/ chá</b>	Café/ Chá de hortelã	Café/ Chá de erva doce	Café/ Chá verde	Café / Chá de canela	Café/ Chá de erva cidreira	Café/ Chá de camomila	
	<b>Pães e quitandas</b>	Pão Francês Biscoito de queijo	Pão francês Rosca de chocolate	Pão francês Bolo de cenoura	Pão francês Pão mandi	Pão francês Pão de forma	Pão Francês Broa doce	
	<b>Complemento</b>	logurte de morango	Guacamole	Pasta de grão de bico	Ovos mexidos	Frango desfiado com tomate e cebola	Ricota temperada	
	<b>Quitanda (vegana)</b>	Biscoito desqueijo vegano	Rosca vegana de chocolate	Bolo de cenoura vegano	Pão vegano	Pão de forma vegano	Sequinhos de fubá	
	<b>Complemento (vegano)</b>	logurte vegano	Guacamole	Pasta de grão de bico	PTS refogada com tomate e cebola	Pasta de ervilha	Tofu temperado	
	<b>Fruta</b>	Banana	Melancia	Maçã	Mamão	Melão	Banana	



Avalie a refeição diariamente no aplicativo RU UFG



**Nutricionista Responsável:** ROBERTA AUGUSTA D. C.  
ROSA

**SUGESTÕES E RECLAMAÇÕES**

E-mail: [nutricao.prae@ufg.br](mailto:nutricao.prae@ufg.br)

Tel.: 3209-6229 / 3251-2749

Este cardápio esta sujeito a alterações.

<b>A L M O Ç O</b>	<b>Composição</b>	<b>2ª FEIRA 29/06/2026</b>	<b>3ª FEIRA 30/06/2026</b>	<b>4ª FEIRA 01/07/2026</b>	<b>5ª FEIRA 02/07/2026</b>	<b>6ª FEIRA 03/07/2026</b>	<b>SÁBADO 04/07/2026</b>
	<b>Salada</b>	Alface	Acelga	Alface crespa	Alface americana com agrião	Alface roxa	Alface americana
		Beterraba ralada	Cenoura ralada	Pepino	Beterraba ralada	Repolho temperado (sem vinagre)	Jiló marinado
		Vinagrete	Tomate, abacaxi e hortelã	Caponata de berinjela	Salada de abobrinha, tomate e orégano	Vinagrete	Salada de maionese com vagem e cenoura
	<b>Prato proteico</b>	Bife suíno grelhado ao molho próprio	Moqueca de peixe	Isclas de carne acebolada 1ª ao molho sugo	Isclas de frango ao molho rosê	Vaca atolada (2ª)	Frango assado ao molho de açafrão
	<b>Opção Ovolactovegetariana</b>	Ovos mexidos com tomate e manjeriço fresco	Omelete com cebola e cheiro verde	Almôndega de PTS ao molho sugo	Grão de bico ao molho rosê	PTS ao cubos atolada	Mix de grãos (trigo em grãos com lentilha) com legumes
	<b>Opção vegana</b>	Croquete de lentilha	Moqueca de feijão branco	Almôndega de PTS ao molho sugo	Grão de bico ao molho rosê	PTS ao cubos atolada	Mix de grãos (trigo em grãos com lentilha) com legumes
	<b>Guarnição**</b>	Feijão tropeiro (Feijão tropeiro p/ veganos, banana frita)	Batata sauté	Cuscuz com legumes (vagem e milho)	Espaguete ao alho e óleo	Abobrinha assada com alecrim	Batata doce corada
	<b>Acompanhamento</b>	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco
		Arroz integral	Arroz integral	Arroz integral	Arroz integral	Arroz integral	Arroz integral
Feijão carioca		Feijão carioca	<b>Feijão preto</b>	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	
<b>Refresco</b>	Goiaba	Manga	Caju	Tamarindo	Acerola	Manga	
<b>Sobremesa</b>	Laranja	Melão	Mamão	Melancia	Banana	Laranja	

Avalie a refeição diariamente no

\*\*Disponível opção vegana. Solicite ao servir.



aplicativo RU UFG.

**Nutricionista Responsável:** ROBERTA AUGUSTA D. C. ROSA

**SUGESTÕES E RECLAMAÇÕES**

E-mail: [nutricao.prae@ufg.br](mailto:nutricao.prae@ufg.br) Tel.: 3209-6229 / 3251-2749

Este cardápio esta sujeito a alterações

<b>J A N T A R</b>	<b>Composição</b>	<b>2ª FEIRA 29/06/2026</b>	<b>3ª FEIRA 30/06/2026</b>	<b>4ª FEIRA 01/07/2026</b>	<b>5ª FEIRA 02/07/2026</b>	<b>6ª FEIRA 03/07/2026</b>	<b>SÁBADO 04/07/2026</b>	
	<b>Salada</b>	Alface com repolho roxo	Alface crespa	Couve fatiada	Alface	Acelga		
		Chuchu palito temperado	Pepino em rodela	Jiló em conserva	Quiabo al dente	Rabanete temperado com limão		
		Abobrinha e tomate em cubos	Salada de macarrão temperado com tomate, vagem e passas	Chuchu com milho	Vinagrete com abacaxi	Duo de beterraba com cenoura (crus)		
	<b>Prato proteico</b>	Strogonoff de carne 1ª	Filé de frango acebolado	Frango assado ao molho de açafrão com tomate	Carne moída refogada 2ª com cebola e cebolinha	Iscas suínas grelhadas		
	<b>Opção ovolactovegetariana</b>	Strogonoff de grão de bico	Lentilha com cebola caramelizada	Ovo cozido ao molho de ervas	Panqueca de PTS ao sugo	Ovos mexidos com cheiro verde		
	<b>Opção vegana</b>	Strogonoff vegano de grão de bico	Lentilha com cebola caramelizada	Trigo em grãos e lentilha refogados ao molho de ervas	Panqueca vegana de PTS ao sugo	Feijão branco com pimentão amarelo, vermelho e cebola		
	<b>Guarnição**</b>	Batata rustica	Repolho rasgado a pomarola	Cenoura sauté	Kabutiá ao molho	Braseado de inhame		
	<b>Acompanhamento</b>	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco		
		Arroz integral	Arroz integral	Arroz integral	Arroz integral	Arroz integral		
Feijão carioca		Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	<b>Feijão preto</b>			
<b>Refresco</b>	Caju	Tamarindo	Manga	Goiaba	Caju			
<b>Sobremesa</b>	Melão	Banana	Melancia	Maçã	Mamão			



Avalie a refeição diariamente no aplicativo RU UFG



**Nutricionista Responsável:** ROBERTA AUGUSTA D. C.ROSA

**\*\*Disponível opção vegana. Solicite ao servir.**

**SUGESTÕES E RECLAMAÇÕES**

E-mail:

Tel.: 3209-6229 / 3251-2749

Este cardápio esta sujeito a alterações.



