

RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO UDESC – CEFID
CARDÁPIO SEMANAL
(2 a 6 de março de 2026)

**Restaurante e
Lanchonete
Charles**

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
ACOMPANHAMENTOS	Arroz parb./Arroz integral/Feijão preto	Arroz parb./Arroz integral/Feijão preto	Arroz parb./Arroz integral/Feijão preto	Arroz parb./Arroz integral/Feijão preto	Arroz parb./Arroz integral/Feijão preto
PROTEÍNA 1	Carne com legumes	Filé de frango à milanesa	Peixe à Paulista	Costela assada	Steak
PROTEÍNA 2	Frango assado	Suíno ao molho barbecue	Hambúrguer	Lasanha de frango	Carne moída com batatas
PROTEÍNA VEGETARIANA	Hambúrguer vegano (vegano)	Proteína de soja ao molho oriental (vegano)	Omelete com legumes (vegetariano)	Soja refogada com batatas (vegano)	Lasanha de proteína de soja (Vegetariano)
GUARNIÇÃO	Espaguete ao alho e óleo	Macarrão ao molho sugo	Seleta de legumes	Farofa	Macarrão ao molho branco
SALADA 1	Mix de folhas	Mix de folhas	Mix de folhas	Mix de folhas	Mix de folhas
SALADA 2	Tomate com cebola	Repolho com cenoura	Pimentões coloridos	Vinagrete	Pepino e tomate
SALADA 3	Abóbora	Cenoura cozida	Macarronense	Maionese de batatas	Batata doce
SOBREMESA	Gelatina com creme de leite	Pudim	Fruta	Gelatina	Gelatina

* Cardápio sujeito a alterações*

Altairiana Portella da Rosa Flores

Altairiana Portella da Rosa Flores
Nutricionista CRN10 – 5142



SIGA NOSSA PÁGINA: @ruudesc