



RESTAURANTE ESTUDANTIL





CARDÁPIO LANCHE

 CEFET/RJ

CARDÁPIO RESTAURANTE ESTUDANTIL

SEMANA DE 29/06 A 03/07

SEGUNDA-FEIRA

TERÇA-FEIRA

QUARTA-FEIRA

QUINTA-FEIRA

SEXTA-FEIRA

PÃO CARECA COM QUEIJO PRATO
*CONTÉM GLÚTEN
*CONTÉM LACTOSE

PÃO CARECA COM QUEIJO MINAS
*CONTÉM GLÚTEN
*CONTÉM LACTOSE

PÃO DE MILHO COM OVO MEXIDO
*CONTÉM GLÚTEN

PÃO DE LEITE COM PASTA DE FRANGO
*CONTÉM LACTOSE
*CONTÉM GLÚTEN

PÃO DE FORMA COM PRESUNTO
*CONTÉM GLÚTEN

LANCHE

CAFÉ COM LEITE
*CONTÉM LACTOSE

SUCO DE MANGA

LEITE COM FRUTA (BANANA E MAMÃO)
*CONTÉM LACTOSE

SUCO DE MARACUJÁ

CAPUCCINO
*CONTÉM LACTOSE

MAMÃO

MELANCIA

BANANA

TANGERINA / LARANJA

MELÃO



CARDÁPIO ALMOÇO

 CEFET/RJ

CARDÁPIO RESTAURANTE ESTUDANTIL

SEMANA DE 30/06 A 03/07

	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
SALADA	ACELGA CENOURA RALADA	ALFACE LISA BETERRABA CRUA COM LARANJA	ALFACE CRESPA VINAGRETE	MIX DE FOLHAS BATATA DOCE COM TOMILHO
PRATO PRINCIPAL	FILÉ DE PEIXE À MILANESA	FILÉ FRANGO ACEBOLADO	ESTROGONOFE DE CARNE *CONTÉM LACTOSE	LOMBO SUÍNO AO MOLHO DE ERVAS
OPÇÃO VEGETARIANA	LASANHA DE BERINJELA COM FEIJÃO BRANCO	PANQUECA DE ESPINAFRE COM GRÃO DE BICO *CONTÉM GLÚTEN	ESTROGONOFE DE GRÃO DE BICO	ABOBRINHA RECHEADA COM FEIJÃO BRANCO
GUARNIÇÃO	PURÊ DE BATATA DOCE *CONTÉM LACTOSE	CHUCHU GRATINADO *CONTÉM LACTOSE	BATATA ASSADA COM ALECRIM	CENOURA PALITO
SOBREMESA E SUCO	TANGERINA OU LARANJA SUCO DE GOIABA	MANJAR *CONTÉM LACTOSE SUCO DE CAJU	BANANA SUCO DE LIMÃO	SALADA DE FRUTAS SUCO DE ACEROLA