



1. Cardápio da Semana

20/04 a 24/04 – Segunda à Sexta

Dia da Semana	Cardápio Convencional	Cardápio Vegetariano
Segunda - 20/04	RECESSO	RECESSO
Terça - 21/04	FERIADO	FERIADO
Quarta - 22/04	Filé de frango ao molho / polenta	Grão de bico e milho ao molho / polenta
Quinta - 23/04	Bisteca suína / macarrão ao alho e óleo	Trigo com lentilha / macarrão ao alho e óleo
Sexta - 24/04	Estrogonofe de frango / batata palha	Estrogonofe vegetariano / batata palha

* Os cardápios podem sofrer alterações sem aviso prévio.

2. Movimento da Semana

06/04 a 10/04 – Segunda à Sexta

Dia da Semana	Café da Manhã	Almoço	Janta	Total do Dia
Segunda - 06/04	204	1.709	873	2.786
Terça - 07/04	209	2.205	967	3.381
Quarta - 08/04	214	2.072	840	3.126
Quinta - 09/04	224	2.060	796	3.080
Sexta - 10/04	225	2.062	794	3.081
Total Geral	1.076	10.108	4.270	15.454
Média	215	2.022	854	3.091
Desvio padrão	9	185	71	211
Mediana	214	2.062	840	3.081
Assimetria	-0,01	-1,59	1,19	-0,17
Curtose	-2,35	3,39	1,11	1,86

Fonte: RU (2026).

3. Dia Mundial do Café: Bebida é aliada da saúde e da rotina acadêmica no RU



No dia 14 de abril, celebrou-se o **Dia Mundial do Café**, uma das bebidas mais consumidas e icônicas do planeta. Para além do valor cultural e do sabor característico, especialistas destacam que o grão desempenha um papel importante na saúde e no desempenho cognitivo de estudantes e profissionais.

Benefícios Nutricionais

De acordo com nutricionistas, o consumo moderado de café oferece vantagens metabólicas significativas:

- **Ação Antioxidante:** O café é rico em compostos que auxiliam na proteção celular e no fortalecimento do sistema imunológico.
- **Foco e Performance:** A presença da cafeína atua diretamente no sistema nervoso central, otimizando a concentração e elevando os níveis de energia.
- **Bem-estar:** A bebida também está associada à liberação de neurotransmissores que promovem a disposição e o estado de alerta.

Presença no Cotidiano Universitário

Reconhecendo a importância da bebida na rotina de quem enfrenta longas jornadas de estudo, o **Restaurante Universitário (RU)** mantém o café como item indispensável no cardápio matinal.

Servido diariamente, ele compõe uma refeição planejada para garantir o aporte nutricional necessário aos alunos. O desjejum oferecido pela instituição inclui, além do café puro ou com leite, opções como pães, queijos, frutas e iogurtes, configurando um café da manhã equilibrado para o início das atividades acadêmicas.



O que achou das novidades?
Compartilhe sua opinião conosco: sec-ru@uem.br!

4. Dicas Úteis

Seguir essas regras contribui para a organização do espaço e a harmonia da comunidade universitária.



Acesso ao RU

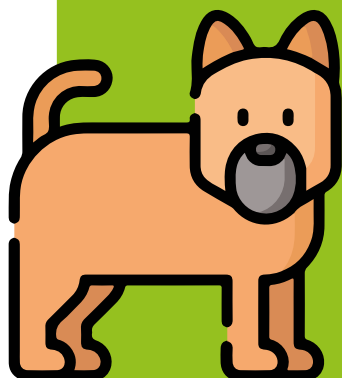
A entrada no Restaurante Universitário é permitida apenas com o Documento de Identificação, que é de uso pessoal e intransferível.



Descarte correto de resíduos

Para garantir a separação adequada do lixo, siga as orientações:

- Utilize as **lixeiras específicas** para resíduos orgânicos e não orgânicos, localizadas na saída.
- **Talheres** devem ser colocados na estrutura fixada na parede.
- **Bandejas** devem ser deixadas no balcão indicado para coleta.



Respeito aos cães comunitários

Os animais que circulam pelo câmpus já recebem alimentação adequada em pontos estratégicos. Por isso:

- **Não alimente os cães dentro do RU** - alimentos consumidos no restaurante podem prejudicar a saúde deles.
- Sua colaboração é essencial para o bem-estar dos animais.

5. Você sabia?

Projeto da UEM transforma resíduos do Restaurante Universitário em materiais de construção



Profa. Sheila Tavares Nascimento
Departamento de Zootecnia

O reaproveitamento de resíduos agrícolas e urbanos ganha um novo fôlego no Norte do Paraná com o projeto **"Lixo Zero no Campo"**.

Coordenada pela professora Sheila Tavares Nascimento, do Departamento de Zootecnia da Universidade Estadual de Maringá (UEM), a iniciativa foi selecionada pelo edital de extensão 2025 da **Itaipu Binacional**. O destaque do projeto é a parceria estratégica com o Restaurante Universitário (RU), que servirá como o "coração" das ações de sustentabilidade.

Economia Circular: Da Borra de Café à Construção Civil

O foco central da proposta é a aplicação prática da economia circular. O projeto prevê a coleta de resíduos orgânicos gerados em larga escala pelo RU — com ênfase na borra de café — para transformá-los em insumos para a fabricação de materiais construtivos.

A estratégia vai além do simples descarte correto: ela busca agregar valor ao que antes era lixo. Ao transformar desperdício em matéria-prima, o projeto reduz o impacto ambiental do campus e

estabelece o Restaurante Universitário como um centro modelo de inovação tecnológica e gestão sustentável.

Impacto Social e Educativo

Além da frente técnica, o "Lixo Zero no Campo" integra ensino, pesquisa e extensão por meio de:

- **Oficinas práticas e atividades educativas:** Voltadas para a capacitação de estudantes e da comunidade interna.
- **Gestão Cooperativa:** Fomento a práticas que envolvam o território do Setentrão Paranaense.
- **Compromisso Global:** Alinhamento direto com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) da ONU, especificamente os eixos de Indústria e Inovação (9), Cidades Sustentáveis (11), Consumo Responsável (12) e Ação Contra a Mudança Global do Clima (13).

Com a aprovação junto à Itaipu Binacional, o projeto fortalece o papel de Maringá na vanguarda das soluções ecológicas, gerando devolutivas diretas para a comunidade e consolidando a formação técnica e ambiental dos futuros profissionais da instituição.

O que achou das novidades?
Compartilhe sua opinião conosco: sec-ru@uem.br!

6. Horário de funcionamento e Valor das Refeições por Categoria



Café da manhã: 6h40 - 7h40

Almoço: 10h45 - 13h00

Jantar: 17h45 - 19h45



Valores de aquisição dos tickets

Café da Manhã	
Categorias	Valor da Refeição
Estudantes e servidores	R\$ 2,00
Almoço/Jantar	
Categorias	Valor da Refeição
Estudantes	R\$ 5,00
Servidores com renda até 3 salários mínimos	R\$ 5,00
Servidores com renda acima de 3 salários mínimos	R\$ 10,00
Comunidade Externa	R\$ 19,00

Para adquirir os tickets ou acessar o Restaurante Universitário (RU) da UEM, é obrigatória a apresentação de um documento de identificação válido.

- **Estudantes** devem apresentar o **Registro Acadêmico (RA)**, que é de uso pessoal e intransferível.
- **Servidores** (docentes e técnico-administrativos) precisam apresentar a **Carteira Funcional** como comprovante.

A identificação é necessária para garantir o acesso ao RU.

Formas de pagamento: dinheiro, PIX, cartão de débito ou crédito.



ELABORAÇÃO



Diretora de Assuntos Comunitários - DCT
PROFA. DRA. ADRIANA APARECIDA PINTO

Coordenador de Reestruturação do RU
CANUTO VIEIRA NETTO

Chefe do Restaurante Universitário - RU
MILTON GARCIA

Nutricionistas do RU
ANGELA PIERINA DOS REIS BUZZO
JORDÂNIA LIMA DE SOUZA SETÚBAL
VALMIR ANTONIO CORREA

COLABORAÇÃO
Coordenador Técnico do Escritório de Projetos e Processos - EPP
SIDINEI SILVÉRIO DA SILVA

Coordenadora Geral do Escritório de Projetos e Processos - EPP
PROFA. DRA. GISLAINE CAMILA LAPASINI LEAL