



CARDÁPIO - UFOB 13 a 17/01

ALMOÇO					
DIA DA SEMANA	SEGUNDA (13/01)	TERÇA (14/01)	QUARTA (15/01)	QUINTA (16/01)	SEXTA (17/01)
PRATO BASE	ARROZ BRANCO	ARROZ BRANCO	ARROZ BRANCO	ARROZ BRANCO	ARROZ BRANCO
	ARROZ INTEGRAL	ARROZ INTEGRAL	ARROZ INTEGRAL	ARROZ INTEGRAL	ARROZ INTEGRAL
	FEIJÃO DE CALDO (CARIOCA)	FEIJÃO DE CALDO (CARIOCA)	FEIJÃO DE CALDO (CARIOCA)	FEIJÃO DE CALDO (CARIOCA)	FEIJÃO DE CALDO (CARIOCA)
PRATO PRINCIPAL	FIGADO ACEBOLADO	BISTECA SUÍNA	ISCA DE FRANGO ACEBOLADO	BIFE DE CARNE AO MOLHO	LASANHA DE FRANGO ***
VEGETARIANO	LENTILHA REFOGADA COM LEGUMES	TORTA DE LEGUMES ***	PROTEÍNA DE SOJA REFOGADA COM LEGUMES	PANQUECA DE QUEIJO***	ABOBRINHA RECHEADA COM PTS (sem lactose)
GUARNIÇÃO	FAROFA DE CEBOLA	FAROFA DE CEBOLA	PURÊ DE MANDIOCA	MACARRÃO AO MOLHO VERMELHO*	ABOBORA ASSADA
SALADA CRUA	ALFACE, ACELGA E TOMATE	REPOLHO, TOMATE E ABACAXI	ALFACE, TOMATE E CEBOLA	COUVE, REPOLHO E TOMATE	ACELGA, REPOLHO E PEPINO
SALADA COZIDA	CENOURA COM SALSA	BATATA DOCE, CENOURA E BATATA INGLESA	CHUCHU E CHEIRO VERDE	BETERRABA COZIDA COM MILHO VERDE	CORTADINHO DE CHUCHU COM BATATA
SUCO	ABACAXI	ACEROLA	MANGA	MIX DE ACEROLA E MAMÃO	GOIABA
SOBREMESA	GELATINA DE UVA VEGETARIANO:	MELANCIA	BANANA	MELÃO	ABACAXI



CARDÁPIO- UFOB 13 a 17/01

JANTAR					
DIA DA SEMANA	SEGUNDA (13/01)	TERÇA (14/01)	QUARTA (15/01)	QUINTA (16/01)	SEXTA (17/01)
PRATO BASE	ARROZ BRANCO	ARROZ BRANCO	ARROZ BRANCO	ARROZ BRANCO	ARROZ BRANCO
	ARROZ INTEGRAL	ARROZ INTEGRAL	ARROZ INTEGRAL	ARROZ INTEGRAL	ARROZ INTEGRAL
	SOPA DE LEGUMES	SOPA DE FRANGO	SOPA DE MACARRÃO*	SOPA DE CARNE	CALDO
PRATO PRINCIPAL	BIFE DE CARNE ACEBOLADO	FILÉ DE FRANGO	CARNE COZIDA	PANQUECA DE FRANGO COM MILHO E CENOURA***	ENSOPADO DE PEIXE
VEGETARIANO*	OMELETE DE FORNO ***	ENSOPADO DE OVO	FORTAIA VEGETARIANA ***	JARDINEIRA DE PROTEÍNA TEXTURIZADA DE SOJA	TORTA DE LEGUMES***
GUARNIÇÃO	FAROFA DE LENTILHA COM CENOURA	MACARRÃO AO MOLHO VERMELHO*	CUSCUZ TEMPERADO	BATATA RÚSTICA	FAROFA DE CEBOLA
SALADA CRUA E COZIDA	ACELGA, AFACE E BETERRABA	BATATA, CENOURA E MILHO VERDE	CHUCHU E CENOURA	ACELGA, TOMATE E BETERRABA	ALFACE, TOMATE E CHUCHU
SUCO	MIX DE FRUTAS (ACEROLA E MAMÃO)	GOIABA	CAJU	ABACAXI	MANGA
SOBREMESA	MELÃO	LARANJA	GELATINA DE LIMÃO VEGETARIANO: MELANCIA	MAÇÃ	BANANA

* CONTÉM GLÚTEN

** CONTÉM LACTOSE

*** CONTÉM GLÚTEN E LACTOSE