

**CARDÁPIO- UFOB - 27 a 31/01**

ALMOÇO					
DIA DA SEMANA	SEGUNDA (27/01)	TERÇA (28/01)	QUARTA (29/01)	QUINTA (30/01)	SEXTA (31/01)
PRATO BASE	ARROZ BRANCO	ARROZ BRANCO	ARROZ BRANCO	ARROZ BRANCO	ARROZ BRANCO
	ARROZ INTEGRAL	ARROZ INTEGRAL	ARROZ INTEGRAL	ARROZ INTEGRAL	ARROZ INTEGRAL
	FEIJÃO DE CORDA	FEIJÃO DE CALDO	FEIJÃO DE CALDO	FEIJÃO DE CORDA	FEIJÃO DE CALDO
PRATO PRINCIPAL	CARNE EM CUBOS COM BATATA	FILÉ DE FRANGO AO MOLHO	LINGUIÇA TOSCANA ACEBOLADA	CORTADINHO DE CARNE	FILÉ DE FRANGO EMPANADO (sem lactose)
VEGETARIANO	ESCONDIDINHO DE LENTILHA	OMELETE DE FORNO***	TORTA DE ERVILHA***	CORTADINHO DE LEGUME COM PROTEÍNA TEXTURIZADA DE SOJA	ABOBRINHA EMPANADA***
GUARNIÇÃO	CREME DE ABÓBORA	MACARRÃO ESPAGUETE AO ALHO E ÓLEO	PURÊ DE MANDIOCA	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO *	FAROFA DE CENOURA
SALADA CRUA	ACELGA, REPOLHO E TOMATE	ALFACE, TOMATE E CEBOLA (RODELAS)	MIX DE FOLHAS COM ABACAXI (ALFACE, ACELGA E COUVE)	ALFACE, TOMATE E PEPINO	REPOLHO COM ALFACE
SALADA COZIDA	CENOURA EM TIRAS COM ERVILHA	ABÓBORA	CHUCHU COM CHEIRO VERDE NO VAPOR	REPOLHO REFOGADO	BATATA DOCE ASSADA
SUCO	CAJU	ACEROLA	MIX DE FRUTAS (ACEROLA E MAMÃO)	ABACAXI	<b>MANGA</b>
SOBREMESA	GELATINA DE UVA VEGETARIANO: MELÃO	MAÇÃ	BANANA	MELANCIA	LARANJA

**CARDÁPIO- UFOB 27 a 31/01**

JANTAR					
DIA DA SEMANA	SEGUNDA (27/01)	TERÇA (28/01)	QUARTA (29/01)	QUINTA (30/01)	SEXTA (31/01)
PRATO BASE	ARROZ BRANCO	ARROZ BRANCO	ARROZ BRANCO	ARROZ BRANCO	ARROZ BRANCO
	ARROZ INTEGRAL	ARROZ INTEGRAL	ARROZ INTEGRAL	ARROZ INTEGRAL	ARROZ INTEGRAL
	SOPA DE CARNE	SOPA DE LEGUMES	SOPA DE FRANGO	SOPA DE CARNE	SOPA DE LEGUMES
PRATO PRINCIPAL	ISCA DE FRANGO	CARNE DE PANELA	PANQUECA DE CARNE MOIDA	BISTECA SUÍNA	BIFE BOVINO ACEBOLADO
OPÇÃO VEGETARIANA	JARDINEIRA DE PTS	OMELETE DE FORNO***	REFOGADO DE LENTILHA COM PROTEÍNA TEXTURIZADA DE SOJA	BATATA RECHEADA COM CREME DE QUEIJO**	PROTEÍNA TEXTURIZADA DE SOJA COM CEBOLA CARAMELIZADA
GUARNIÇÃO	BATATA DOCE ASSADA	CUSCUZ TEMPERADO	SUFLÊ DE LEGUMES***	ABÓBORA ASSADA	PURÊ DE BATATA (SEM LACTOSE)
SALADA CRUA E COZIDA	BETERRABA, CENOURA E MILHO VERDE	CENOURA SALTEADA, ALFACE E TOMATE	REPOLHO ROXO, CENOURA E PEPINO	REPOLHO E BETERRABA	ACELGA, TOMATE E CHUCHU
SUCO	ABACAXI	GOIABA	MANGA	MIX DE ACEROLA E MAMÃO	CAJU
SOBREMESA	MELANCIA	GELATINA DE ABACAXI VEGETARIANO: MELÃO	MAÇÃ	LARANJA	SALADA DE FRUTAS

\* CONTÉM GLÚTEN

\*\* CONTÉM LACTOSE

\*\*\* CONTÉM GLÚTEN E LACTOSE