



CARDÁPIO UFOR 09 A 13 DE JUNHO DE 2025

ALMOÇO

DIA DA SEMANA	SEGUNDA 09/06	TERÇA 10/06	QUARTA 11/06	QUINTA 12/06	SEXTA 13/06
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)	FAROFÁ DE FEIJÃO	FEIJÃO DE CALDO (CARIOCA)	FEIJÃO DE CALDO (CARIOCA)
PRATO PRINCIPAL	FRANGO A JARDINEIRA	BISTECA SUÍNA ASSADA	CARNE COZIDA COM MANDIOCA	FRANGO COM TOSCANA ACEBOLADA	CARNE MOIDA COM LEGUMES
VEGETARIANO	ESCONDIDINHO DE LENTILHA	JARDINEIRA DE PTS	LENTILHA REFOGADA COM COUVE	SUFLÊ DE PTS***	OMELETE COM LEGUMES ***
GUARNIÇÃO	BATATA DOCE TEMPERADA	FAROFÁ DE CENOURA	MACARRÃO TEMPERADO	FAROFÁ CROCANTE	CUSCUZ TEMPERADO
SALADA CRUA	REPOLHO E COUVE	TOMATE, ACELGA, REPOLHO VERDE	COUVE, ACELGA E MILHO	REPOLHO, COUVE E ALFACE COM LARANJA	ALFACE, ACELGA E TOMATE
SALADA COZIDA	LEGUMES COZIDOS	CHUCHU TEMPERADO	BETERRABA COM SALSA	ABÓBORA TEMPERADA	SELETA DE LEGUMES
SUCO	GOIABA	MIX DE FRUTAS	MANGA	ACEROLA	TAMARINDO
SOBREMESA	DOCE DE BANANA VEG: MAÇÃ	MELANCIA	LARANJA	BANANA	GELATINA DE MORANGO VEG: MAÇÃ

DIA DA SEMANA	SEGUNDA 09/06	TERÇA 10/06	QUARTA 11/06	QUINTA 12/06	SEXTA 13/06
PRATO BASE	ARROZ BRANCO	ARROZ BRANCO	ARROZ BRANCO	ARROZ BRANCO	ARROZ BRANCO
	ARROZ INTEGRAL	ARROZ INTEGRAL	ARROZ INTEGRAL	ARROZ INTEGRAL	ARROZ INTEGRAL
	SOPA DE FRANGO	SOPA DE LEGUMES *	SOPA DE LENTILHA	CALDO VERDE	CALDO DE ABÓBORA COM FRANGO
PRATO PRINCIPAL	CARNE MOIDA À VINAGRETE	FRANGO A PASSARINHA	FILÉ DE FRANGO ACEBOLADO	BISTECA ASSADA	SUFLÊ DE CARNE COM QUEIJO ***
VEGETARIANO	PTS À VINAGRETE	HAMBURGUER DE LEGUMES	TABULE VEGETARIANO	STROGANOFF DE LEGUMES **	BOLINHO DE FEIJÃO*
GUARNIÇÃO	MACARRÃO À PRIMAVERA*	FAROFÁ DE CUSCUZ	CHUCHU SAUTÉ	ABOBÓRA TEMPERADA	ESPAQUETE AO SUGO*
SALADA CRUA E COZIDA	ACELGA COM CHUCHU	ALFACE, CENOURA E TOMATE	MIX DE FOLHAS	ALFACE, PEPINO E CENOURA	MIX DE FOLHAS COM BETERRABA
SUCO	MIX DE FRUTAS	MANGA	TAMARINDO	GOIABA	CAJÚ
SOBREMESA	GELATINA DE LIMÃO OPÇÃO VEG.: MELANCIA	LARANJA	BANANA	MELÃO	DOCE DE BANANA VEGETARIANO: MELÃO

* CONTÉM GLÚTEN

** CONTÉM LACTOSE

*** CONTÉM GLÚTEN E LACTOSE