



CARDÁPIO A UFOR 27 a 31 de OUTUBRO de 2025

ALMOÇO

DIA DA SEMANA	SEGUNDA 27/10	TERÇA 28/10	QUARTA 29/10	QUINTA 30/10	SEXTA 31/10
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 (CARIOLA)	FEIJÃO DE CALDO (CARIOLA)	FEIJÃO DE CALDO (CARIOLA)	FEIJÃO DE CALDO (CARIOLA)	FEIJÃO DE CALDO (CARIOLA)
PRATO PRINCIPAL	JARDINEIRA DE CARNE	ESCONDIDINHO DE CARNE **	GUISSADO DE FRANGO *	PERNIL SUÍNO ASSADO *	FRANGO ACEBOLADO
VEGETARIANO	POLPETONE AO SUGO *	GRÃO DE BICO COM LEGUMES	OMELETE DE LEGUMES ***	PTS COM BATATA	OMELETE DE LEGUMES ***
GUARNIÇÃO	PURÊ MISTO **	MACARRÃO AO MOLHO *	CUSCUZ TEMPERADO ****	BATATA DOCE TEMPERADA	CHUCHU TEMPERADO
SALADA CRUA	BETERRABA COM ALFACE	REPOLHO COM COUVE	PEPINO, ACELGA E CENOURA	REPOLHO COM COUVE	SALADA VERDE COM LARANJA
SALADA COZIDA	ABOBRENA TEMPERADA	CHUCHU COM CENOURA	ABÓBORA TEMPERADA	BETERRABA COM MILHO	SELETA DE LEGUMES
SUCO	GOIABA	MANGA	MIX DE FRUTAS	TAMARINDO	CAJÚ
SOBREMESA	DOCE DE BANANA VEGETARIANO: MAMÃO	BANANA	MELANCIA	LARANJA	BANANA



CARDÁPIO A UFOR 27 a 31 de OUTUBRO de 2025

JANTAR

DIA DA SEMANA	SEGUNDA 27/10	TERÇA 28/10	QUARTA 29/10	QUINTA 30/10	SEXTA 31/10
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	CALDO VERDE COM LENTILHA	SOPA DE FRANGO *	SOPA DE CARNE *	CANJA DE GALINHA
PRATO PRINCIPAL	FRANGO COM TOSCANA ASSADA	CARNE DE SOL ACEBOLADA	PEIXE FRITO *	FRANGO ASSADO	JARDINEIRA DE CARNE
VEGETARIANO	PANQUECA DE LEGUMES COM QUEIJO ***	BOLINHO DE FEIJÃO FRADINHO *	PTS Á VINAGRETE	OVOS A PARMEGIANA *	ERVILHA COM BATATA
GUARNIÇÃO	FAROFÀ DE CENOURA ****	PURÊ BATATA **	PIRÃO DE PEIXE VEG: PIRÃO DE LEGUMES	MACARRÃO PENNE AO MOLHO *	CUSCUZ TEMPERADO ****
SALADA CRUA E COZIDA	CENOURA COM ACELGA	PEPINO COM ALFACE	CHUCHU COM ALFACE	REPOLHO COM COUVE	REPOLHO COM COUVE
SUCO	MANGA	MIX DE FRUTAS	UVA	ACEROLA	CAJÁ
SOBREMESA	MELÃO	LARANJA	DOCE DE GOIABA VEGETARIANO: MAÇÃ	MELANCIA	LARANJA

* CONTÉM GLÚTEN

** CONTÉM LACTOSE

*** CONTÉM GLÚTEN E LACTOSE

**** PODE CONTER TRAÇOS DE LACTOSE