

**CARDÁPIO UFOB 21 A 25 DE JULHO DE 2025****ALMOÇO**

<b>DIA DA SEMANA</b>	<b>SEGUNDA 21/07</b>	<b>TERÇA 22/07</b>	<b>QUARTA 23/07</b>	<b>QUINTA 24/07</b>	<b>SEXTA 25/07</b>
<b>PRATO BASE</b>	<b>ARROZ BRANCO</b>	<b>ARROZ BRANCO</b>	<b>ARROZ BRANCO</b>	<b>ARROZ BRANCO</b>	<b>ARROZ BRANCO</b>
	<b>ARROZ INTEGRAL</b>	<b>ARROZ INTEGRAL</b>	<b>ARROZ INTEGRAL</b>	<b>ARROZ INTEGRAL</b>	<b>ARROZ INTEGRAL</b>
	<b>FEIJÃO DE CALDO (CARIOCA)</b>	<b>FEIJÃO DE CALDO (CARIOCA)</b>	<b>FAROFA DE FEIJÃO</b>	<b>FEIJÃO DE CALDO (CARIOCA)</b>	<b>FEIJÃO DE CALDO (CARIOCA)</b>
<b>PRATO PRINCIPAL</b>	<b>FRANGO COM BATATA</b>	<b>CARNE DESFIADA COM LEGUMES</b>	<b>JARDINEIRA DE CARNE</b>	<b>LASANHA MISTA ***</b>	<b>FRANGO A PASSARINHO</b>
<b>VEGETARIANO</b>	<b>OMELETE DE LEGUMES ***</b>	<b>ERVILHA REFOGADA</b>	<b>LENTILHA REFOGADA COM COUVE</b>	<b>GRÃO DE BICO COM LEGUMES</b>	<b>ESCONDIDINHO DE PTS</b>
<b>GUARNIÇÃO</b>	<b>CUSCUZ TEMPERADO</b>	<b>ESPAGUETE AO AÇAFRÃO *</b>	<b>PIRÃO DE LEGUMES</b>	<b>FAROFA TEMPERADA</b>	<b>MACARRÃO AO SUGO*</b>
<b>SALADA CRUA</b>	<b>REPOLHO, CENOURA E COUVE</b>	<b>ALFACE, TOMATE E COUVE</b>	<b>SALADA VERDE</b>	<b>ACELGA, COUVE E BETERRABA</b>	<b>MIX DE FOLHAS</b>
<b>SALADA COZIDA</b>	<b>ABÓBORA TEMPERADA</b>	<b>ABOBRINHA COM MILHO</b>	<b>BETERRABA TEMPERADA</b>	<b>CHUCHU, MILHO E CHEIRO VERDE</b>	<b>LEGUMES COZIDOS</b>
<b>SUCO</b>	<b>MANGA</b>	<b>TAMARINDO</b>	<b>GOIABA</b>	<b>UMBU</b>	<b>CAJÚ</b>
<b>SOBREMESA</b>	<b>BANANA</b>	<b>LARANJA</b>	<b>MELANCIA</b>	<b>GELATINA DE UVA VEG: MAÇÃ</b>	<b>BANANA</b>

**CARDÁPIO UFOB 21 A 25 DE JULHO DE 2025****JANTAR**

<b>DIA DA SEMANA</b>	<b>SEGUNDA 21/07</b>	<b>TERÇA 22/07</b>	<b>QUARTA 23/07</b>	<b>QUINTA 24/07</b>	<b>SEXTA 25/07</b>
<b>PRATO BASE</b>	<b>ARROZ BRANCO</b>	<b>ARROZ BRANCO</b>	<b>ARROZ BRANCO</b>	<b>ARROZ BRANCO</b>	<b>ARROZ BRANCO</b>
	<b>ARROZ INTEGRAL</b>	<b>ARROZ INTEGRAL</b>	<b>ARROZ INTEGRAL</b>	<b>ARROZ INTEGRAL</b>	<b>ARROZ INTEGRAL</b>
	<b>SOPA DE CARNE</b>	<b>SOPA DE FRANGO *</b>	<b>CALDO VERDE</b>	<b>SOPA DE LEGUMES*</b>	<b>CANJA DE GALINHA</b>
<b>PRATO PRINCIPAL</b>	<b>CARNE ACEBOLADA COM BATATAS</b>	<b>LASANHA À BOLONHESA ***</b>	<b>FRANGO COM LEGUMES</b>	<b>JARDINEIRA DE FRANGO</b>	<b>CARNE DESFIADA COM LEGUMES</b>
<b>VEGETARIANO</b>	<b>PANQUECA DE SOJA ***</b>	<b>HAMBURGUER DE LEGUMES *</b>	<b>FEIJÃO FRADINHO REFOGADO C/ COUVE E CENOURA</b>	<b>BATATA RECHEADA COM PTS E QUEIJO ***</b>	<b>BOLINHO DE LENTILHA *</b>
<b>GUARNIÇÃO</b>	<b>FAROFA CROCANTE</b>	<b>PURÊ DE ABOBORA</b>	<b>CUSCUZ TEMPERADO</b>	<b>MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO*</b>	<b>BATATA DOCE TEMPERADA</b>
<b>SALADA CRUA E COZIDA</b>	<b>MIX DE FOLHAS</b>	<b>ALFACE, REPOLHO E TOMATE</b>	<b>BETERRABA, COUVE E CENOURA</b>	<b>ALFACE, ACELGA E COUVE</b>	<b>ALFACE, ACELGA, CHUCHU E BETERRABA</b>
<b>SUCO</b>	<b>MANGA</b>	<b>GOIABA</b>	<b>TAMARINDO</b>	<b>ACEROLA</b>	<b>CAJÚ</b>
<b>SOBREMESA</b>	<b>MELANCIA</b>	<b>BANANA</b>	<b>GELATINA DE MORANGO VEG: BANANA</b>	<b>LARANJA</b>	<b>MELÃO</b>

**\* CONTÉM GLÚTEN**

**\*\* CONTÉM LACTOSE**

**\*\*\* CONTÉM GLÚTEN E LACTOSE**