

CARDÁPIO A UFOR 28 A 31 DE JULHO 2025

ALMOÇO

DIA DA SEMANA	SEGUNDA 28/07	TERÇA 29/07	QUARTA 30/07	QUINTA 31/07	SEXTA 01/08
PRATO BASE	ARROZ BRANCO	ARROZ BRANCO	ARROZ BRANCO	ARROZ BRANCO	
	ARROZ INTEGRAL	ARROZ INTEGRAL	ARROZ INTEGRAL	ARROZ INTEGRAL	
	FEIJÃO DE CALDO (CARIOSA)	FEIJÃO DE CALDO (CARIOSA)	FEIJÃO DE CALDO (CARIOSA)	FEIJÃO DE CALDO (CARIOSA)	
PRATO PRINCIPAL	CUBOS DE FRANGO AO MOLHO ESCURO COM BATATAS	CARNE DE PANELA	CUBOS DE FRANGO COM TOSCANA ASSADA	ESCONDIDINHO DE ABÓBORA COM CARNE ***	
VEGETARIANO	CROQUETE DE SOJA *	COUVE RECHEADA *	PTS À VINAGRETE	MOQUECA DE OVOS	
GUARNIÇÃO	MACARRÃO ALHO E OLÉO *	CUSCUZ TEMPERADO	PIRÃO DE LEGUMES	FAROFA RICA	
SALADA CRUA	REPOLHO, BETERRABA E TOMATE	CEBOLA, REPOLHO E TOMATE	COUVE, REPOLHO E ALFACE	BETERRABA, ACELGA E COUVE	
SALADA COZIDA	CENOURA, CHUCHU E ABOBRINHA	BETERRABA COM SALSA	ABOBRINHA TEMPERADA	CHUCHU REFOGADO	
SUCO	TAMARINDO	GOIABA	UMBU	MIX DE FRUTAS	
SOBREMESA	DOCE DE BANANA VEGETARIANO: MAÇÃ	LARANJA	MELANCIA	BANANA	



CARDÁPIO UFOB 28 A 31 DE JULHO 2025

JANTAR

DIA DA SEMANA	SEGUNDA 28/07	TERÇA 29/07	QUARTA 30/07	QUINTA 31/07	SEXTA 01/08
PRATO BASE	ARROZ BRANCO	ARROZ BRANCO	ARROZ BRANCO	ARROZ BRANCO	
	ARROZ INTEGRAL	ARROZ INTEGRAL	ARROZ INTEGRAL	ARROZ INTEGRAL	
	SOPA DE LEGUMES	CALDO VERDE COM LENTILHA	CALDO ABÓBORA COM CARNE	SOPA DE FRANGO *	
PRATO PRINCIPAL	CHURRASCO MISTO	ENSOPADO DE FRANGO COM BATATA	FRANGO A PASSARINHO	PEIXE FRITO	
VEGETARIANO	QUIBE DE SOJA *	OVOS AO SUGO *	ABOBRINHA RECHEADA C/ LETILHA AO MOLHO VERMELHO *	ERVILHA COM LEGUMES	
GUARNIÇÃO	BATATA DOCE TEMPERADA	MACARRÃO AO AÇAFRÃO*	FAROFA TEMPERADA	PIRÃO DE LEGUMES	
SALADA CRUA E COZIDA	MIX DE FOLHAS	REPOLHO, TOMATE E CHUCHU	COUVE, ACELGA COM CENOURA	SALADA VERDE	
SUCO	MANGA	UMBU	GOIABA	TAMARINDO	
SOBREMESA	BANANA	DOCE DE GOIABA VEGETARIANO:MAÇÃ	MELÃO	LARANJA	

* CONTÉM GLÚTEN

** CONTÉM LACTOSE

*** CONTÉM GLÚTEN E LACTOSE