



CARDÁPIO A UFOR 22 A 26 DE SETEMBRO DE 2025

ALMOÇO

DIA DA SEMANA	SEGUNDA 22/09	TERÇA 23/09	QUARTA 24/09	QUINTA 25/09	SEXTA 26/09
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	ENSOPADO DE CARNE	CUBOS DE FRANGO CROCANTE	PICADINHO DE CARNE	ESCONDIDINHO DE CARNE ***	LASANHA DE FRANGO ***
VEGETARIANO	OMELETE DE LEGUMES ***	ERVILHA REFOGADA	TORTA MADALENA DE LENTILHA ***	GUIADO DE SOJA *	LENTILHA REFOGADA COM OREGANO
GUARNIÇÃO	PIRÃO DE CARNE VEG: PIRÃO DE LEGUMES	MACARRÃO COM MOLHO PESTO *	PURÊ DE MISTO**	FAROFA TEMPERADA	PURÊ DE ABÓBORA
SALADA CRUA	PEPINO COM CENOURA	REPOLHO, COUVE COM LARANJA	SALADA VERDE	ACELGA COM BETERRABA	SELETA DE FOLHAS VERDES COM MELÃO
SALADA COZIDA	ABOBRINHA COM SALSA	CHUCHU COM CENOURA	BETERRABA COM MILHO	BATATA DOCE TEMPERADA	CHUCHU COZIDO
SUCO	MANGA	TAMARINDO	ACEROLA	UMBU	MIX DE FRUTAS
SOBREMESA	BANANA	TANGERINA	LARANJA	MELANCIA	DOCE DE BANANA VEGETARIANO: MAMÃO

CARDÁPIO A UFOR 22 A 26 DE SETEMBRO DE 2025

JANTAR

DIA DA SEMANA	SEGUNDA 22/09	TERÇA 23/09	QUARTA 24/09	QUINTA 25/09	SEXTA 26/09
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 CARNE	SOPA DE FRANGO *	CREME DE LEGUMES	SOPA DE CARNE *
PRATO PRINCIPAL	SUÍNO AO MOLHO *	FRANGO A PASSARINHA	PANQUECA DE CARNE ***	CARNE DE PANELA	PEIXE FRITO *
VEGETARIANO	PANQUECA DE CENOURA COM QUEIJO ***	CROQUETE DE SOJA *	JARDINEIRA DE ERVILHA	OMELETE DE LEGUMES ***	MOQUECA DE OVOS *
GUARNIÇÃO	MANDIOCA COZIDA **	LEGUMES COZIDOS COM SALSA	MACARRÃO TEMPERADO *	CUSCUZ TEMPERADO	BATATA ASSADA
SALADA CRUA E COZIDA	CENOURA COM ACELGA	TABULE	CENOURA E COUVE	PEPINO E ALFACE	ALFACE COM REPOLHO E LARANJA
SUCO	UMBU	GOIABA	CAJÁ	ACEROLA	CAJÚ
SOBREMESA	MELANCIA	BANANA	GELATINA DE ABACAXI VEG: MAÇÃ	LARANJA	MELÃO

* CONTÉM GLÚTEN

** CONTÉM LACTOSE

*** CONTÉM GLÚTEN E LACTOSE