



## CARDÁPIO- UFOB 16 A 18/12

## ALMOÇO

DIA DA SEMANA	SEGUNDA 16/12	TERÇA 17/12	QUARTA 18/12
PRATO BASE	ARROZ BRANCO	ARROZ BRANCO	ARROZ À GREGA
	ARROZ INTEGRAL	ARROZ INTEGRAL	ARROZ INTEGRAL
	FEIJÃO DE CORDA	FEIJÃO DE CALDO (CARIOCA)	FEIJÃO DE CALDO (CARIOCA)
PRATO PRINCIPAL	BIFE DE CARNE	PEIXE FRITO*	COXA E COBRECOXA ASSADAS
VEGETARIANO	ESCONDIDINHO DE PTS **	SUFLÊ DE LEGUMES	TORTA DE LEGUMES ***
GUARNIÇÃO	FAROFA DE CENOURA	PURÊ DE ABÓBORA**	FAROFA NATALINA
SALADA CRUA	TOMATE, PEPINO E ALFACE	VINAGRETE	SALADA TROPICAL
SALADA COZIDA	ABÓBORA COM CHEIRO VERDE	BETERRABA E SALSA NO VAPOR	SALPICÃO DE LEGUMES
SUCO	MANGA	CAJU	MIX DE FRUTAS
SOBREMESA	GELATINA DE ABACAXI VEGETARIANO: MELANCIA	MELAO	ABACAXI



## CARDÁPIO- UFOB

## JANTAR

DIA DA SEMANA	SEGUNDA 16/12	TERÇA 17/12	QUARTA 18/12
PRATO BASE	ARROZ BRANCO	ARROZ BRANCO	ARROZ BRANCO
	ARROZ INTEGRAL	ARROZ INTEGRAL	ARROZ INTEGRAL
	CALDO DE LEGUMES	SOPA DE FRANGO	SOPA DE CARNE
PRATO PRINCIPAL	PANQUECA DE FRANGO COM MILHO***	ISCAS DE CARNE AO MOLHO *	FRANGO EM CUBOS ACEBOLADO
VEGETARIANO*	PANQUECA DE QUEIJO COM MILHO E CENOURA ***	PROTEÍNA TEXTURIZADA DE SOJA AO MOLHO *	ESCONDIDINHO DE LENTILHA
GUARNIÇÃO	MACARRÃO AO AÇAFRÃO	PURÊ DE MANDIOCA**	BATATA DOCE SAUTÊ
SALADA CRUA E COZIDA	MIX DE FOLHAS COM BETERRABA	REPOLHO, TOMATE E ALFACE	SALADA FESTIVA: COUVE, CENOURA, ACELGA E MILHO
SUCO	ABACAXI	CAJU	MANGA
SOBREMESA	GELATINA DE LIMÃO VEGETARIANO: MAÇÃ	BANANA	MELANCIA

\* CONTÉM GLÚTEN

\*\* CONTÉM LACTOSE

\*\*\* CONTÉM GLÚTEN E LACTOSE