



## CARDÁPIO 29/05 a 04/06

RU - UEFS		CAFÉ DA MANHÃ						
		29/mai	30/mai	31/mai	1/jun	2/jun	3/jun	4/jun
		SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO	DOMINGO
<b>DESJEJUM</b>	Bebida	SUCO DE GOIABA OU CAFÉ OU CAFÉ COM LEITE	SUCO DE UMBU OU CAFÉ OU CAFÉ COM LEITE	SUCO DE FRUTAS OU CAFÉ OU CAFÉ COM LEITE	SUCO DE TAMARINDO OU CAFÉ OU CAFÉ COM LEITE	SUCO DE GOIABA OU CAFÉ OU CAFÉ COM LEITE	SUCO DE TAMARINDO OU CAFÉ OU CAFÉ COM LEITE	SUCO DE FRUTAS OU CAFÉ OU CAFÉ COM LEITE
	Pão	PÃO	PÃO	PÃO	PÃO	PÃO	PÃO	PÃO
	PROTEÍNA	CARNE AO MOLHO	FRANGO COM ERVILHA	OVOS MEXIDOS	CARNE DESFIADA	FRANGO AO SUGO	OVOS TEMPERADOS	ISCA DE FRANGO COM ERVILHA
	Raiz ou Farináceo	MINGAU DE AVEIA	AIPIM	MUGUNZÁ	CUSCUZ	BATATA DOCE	MINGAU DE MILHO	BANANA DA TERRA
	Fruta	MELANCIA	MELÃO	LARANJA	MELANCIA	BANANA	LARANJA	ABACAXI
	OVOLACTOVEGETARIANO	OVOS MEXIDOS	LENTILHA AO MOLHO	GRÃO DE BICO AO MOLHO SUGO	LENTILHA AO MOLHO	SOJA REFOGADA	LENTILHA COM CENOURA	OVOS MEXIDOS
	<b>ALMOÇO</b>							
<b>ALMOÇO</b>	ACOMPANHAMENTO 1	ARROZ BRANCO	ARROZ COM ERVILHA	ARROZ TEMPERADO	ARROZ BRANCO	ARROZ C/ CEBOLINHA	ARROZ A MODA BRASILEIRA	ARROZ TEMPERADO
	ACOMPANHAMENTO 2	FEIJÃO CARIOQUINHA	FEIJÃO MULATINHO	FEIJÃO PRETO	FEIJÃO FRADINHO	FEIJÃO CARIOQUINHA	FEIJÃO CARIOCA TROPEIRO	FEIJÃO PRETO
	GUARNIÇÃO	MACARRÃO À PIZZAIOLO	PURÊ DE BATATA	PIRÃO	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO	FAROFA RICA	PURÊ MISTO	MACARRÃO PARAFUSO
	SALADA COZIDA	LEGUMES REFOGADOS (ABOBORA/CHUCHU)	MIX DE LEGUMES COM OREGANO (CENOURA/BETERRABA)	LEGUMES SAUTÉ CHUCHU/BATATA	MIX DE LEGUMES (ABOBRINHA/CENOURA)	ABOBORA/BATATA REFOGADA	LEGUMES COM ORÉGANO (CHUCHU/BATATA)	MIX DE LEGUMES (BETERRABA/ABOBORA)
	SALADA CRUA	TABULE ALFACE/ PIMENTÃO/ CEBOLA / TOMATE / MILHO	ACELGA / PEPINO / RÚCULA	CENOURA RALADA COM TOMATE / REPOLHO E MANGA	BETERRABA RALADA/ ACELGA / PEPINO / MILHO	COUVE /PEPINO / CENOURA RALADA	REPOLHO ROXO COM TOMATE	SALADA MISTA ACELGA/PEPINO
	PROTEÍNA	SUINO BIFE	FÍGADO ACEBOLADO	COZIDÃO DE CARNE	CUBOS SUÍNO AO MOLHO DE BARBECUE	CARNE DO SOL ACEBOLADA	FRIGIDEIRA DE CARNE	BIFE DE PANELA COM BATATAS
	OPÇÃO	FRANGO ASSADO	FRANGO AO MOLHO	ISCA DE FRANGO AZEITONAS	FRANGO ASSADO	BIFE DE FRANGO AO MOLHO CHIMICHURRI	FRANGO AO MOLHO	FRICASSÉ DE FRANGO
	FRUTA	LARANJA	MELANCIA	MELÃO	LARANJA	MELANCIA	MAMÃO	MELÃO
	OVOLACTOVEGETARIANO	ARROZ INTEGRAL COM SALSICA FEIJÃO SEM PTN ALMONDEGA DE SOJA AO SUGO	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO SEM PTN SUFLÉ DE GRÃO DE BICO C/ MILHO	ARROZ INTEGRAL PIRÃO DE CALDO DE LEGUMES FEIJÃO SEM PTN LENTILHA COM MILHO	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO SEM PTN ERVILHA A VINAGRETE	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO SEM PTN GRÃO DE BICO AO CREME	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO SEM PTN ESCONDIDINHO DE ERVILHA	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO SEM PTN NUGGET DE GRÃO DE BICO VEGANO
	SUCO	FRUTAS	CAJU	MANGA	UMBU	FRUTAS	MANGA	GOIABA
<b>JANTAR</b>								
<b>JANTAR</b>	PÃO	PÃO	PÃO	PÃO	PÃO	PÃO	PÃO	PÃO
	Bebida	SUCO DE FRUTAS OU CAFÉ OU CAFÉ COM LEITE	SUCO DE CAJU OU CAFÉ OU CAFÉ COM LEITE	SUCO DE MANGA OU CAFÉ OU CAFÉ COM LEITE	SUCO DE UMBU OU CAFÉ OU CAFÉ COM LEITE	SUCO DE FRUTAS OU CAFÉ OU CAFÉ COM LEITE	SUCO DE MANGA OU CAFÉ OU CAFÉ COM LEITE	SUCO DE GOIABA OU CAFÉ OU CAFÉ COM LEITE
	RAIZ OU FARINÁCEO	BATATA DOCE	CUSCUZ	BANANA DA TERRA	MINGAU DE TAPIOCA	CUSCUZ TEMPERADO	AIPIM	CUSCUZ
	PROTEÍNA	STEAK A PARMEGIANA	CARNE DESFIADA COM BATATA PALHA	FRIGIDEIRA DE FRANGO	HOT DOG	CARNE AO CREME COM BATATA PALHA	PANQUECÃO DE FRANGO COM FRIOS	CARNE AO MOLHO
	SOPA	SOPA DE FRANGO COM LEGUMES	CALDO DE FEIJÃO	SOPA DE CARNE COM LEGUMES	CALDO DE BATATA	SOPA DE FRANGO COM LEGUMES	CALDO VERDE	SOPA DE CARNE COM LEGUMES
	OVOLACTOVEGETARIANO	SOPA DE VEGETAIS	CALDO DE FEIJÃO	SOPA VEGETARIANA	CALDO DE BATATA	SOPA DE LEGUMES COM MILHO	CALDO VERDE	SOPA DE LEGUMES
	PTN OVOLACTOVEGETARIANO	HAMBURGUER DE GRÃO DE BICO	SOJA REFOGADA	ERVILHA C/ LEGUMES AO CREME	HAMBÚRGUER DE SOJA	ERVILHA AO SUGO	GRÃO DE BICO	TORTA VEGANA DE SOJA COM MILHO (SEM OVO E SEM LEITE)