

**CARDÁPIO DE OUTUBRO 2024 – UFV FLORESTAL – DESJEJUM**

DATA	SEMANA	PÃO OU BOLO	MANTEIGA OU MARGARINA	LEITE OU MINGAU	CAFÉ COM E SEM AÇÚCAR	FRUTA
01/out	TER	PÃO DE SAL	MARGARINA	LEITE PURO OU ACHOCOLATADO	CAFÉ COM E SEM AÇÚCAR	MELÃO
02/out	QUA	BOLO DE FUBÁ	MANTEIGA	LEITE PURO OU LEITE QUEIMADO	CAFÉ COM E SEM AÇÚCAR	LARANJA
03/out	QUI	PÃO DOCE	MARGARINA	LEITE PURO OU MINGAU DE CHOCOLATE	CAFÉ COM E SEM AÇÚCAR	MAMÃO
04/out	SEX	PÃO DE SAL	MANTEIGA	LEITE PURO OU MINGAU DE FUBA	CAFÉ COM E SEM AÇÚCAR	BANANA
05/out	SÁB	PÃO DE SAL	MANTEIGA	BEBIDA LÁCTEA DE CHOCOLATE		MAÇÃ
06/out	DOM	PÃO DE SAL	MARGARINA	BEBIDA LÁCTEA DE CHOCOLATE		LARANJA
07/out	SEG	PÃO DE SAL	MANTEIGA	LEITE PURO OU QUEIMADINHA	CAFÉ COM E SEM AÇÚCAR	MELÃO
08/out	TER	BOLO DE COCO	MANTEIGA	LEITE PURO OU ACHOCOLATADO	CAFÉ COM E SEM AÇÚCAR	LARANJA
09/out	QUA	PÃO DE SAL	MANTEIGA	LEITE PURO OU MINGAU DE CHOCOLATE	CAFÉ COM E SEM AÇÚCAR	MELANCIA
10/out	QUI	PÃO DOCE	MARGARINA	LEITE PURO OU MINGAU DE FUBÁ	CAFÉ COM E SEM AÇÚCAR	BANANA
11/out	SEX	PÃO DE SAL	MARGARINA	LEITE PURO OU MINGAU DE MAISENA	CAFÉ COM E SEM AÇÚCAR	MAÇÃ
12/out	SÁB	PÃO DE SAL	MARGARINA	BEBIDA LÁCTEA DE CHOCOLATE		BANANA
13/out	DOM	PÃO DE SAL	MANTEIGA	BEBIDA LÁCTEA DE CHOCOLATE		LARANJA
14/out	SEG	PÃO DE SAL	MANTEIGA	LEITE PURO OU ACHOCOLATADO	CAFÉ COM E SEM AÇÚCAR	MELÃO
15/out	TER	PÃO DOCE	MANTEIGA	LEITE PURO OU MINGAU DE MAISENA	CAFÉ COM E SEM AÇÚCAR	MELANCIA
16/out	QUA	PÃO DE SAL	REQUEIJÃO	LEITE PURO OU MINGAU DE CHOCOLATE	CAFÉ COM E SEM AÇÚCAR	LARANJA
17/out	QUI	BOLO DE CHOCOLATE	MANTEIGA	LEITE PURO OU QUEIMADINHA	CAFÉ COM E SEM AÇÚCAR	BANANA
18/out	SEX	PÃO DE SAL	MARGARINA	LEITE PURO OU MINGAU DE FUBÁ	CAFÉ COM E SEM AÇÚCAR	MAMÃO
19/out	SÁB	PÃO DE SAL	MARGARINA	BEBIDA LÁCTEA DE CHOCOLATE		LARANJA
20/out	DOM	PÃO DE SAL	MANTEIGA	BEBIDA LÁCTEA DE CHOCOLATE		BANANA
21/out	SEG	PÃO DE SAL	MANTEIGA	LEITE PURO OU QUEIMADINHA	CAFÉ COM E SEM AÇÚCAR	LARANJA
22/out	TER	PÃO DOCE	MARGARINA	LEITE PURO OU MINGAU DE FUBA	CAFÉ COM E SEM AÇÚCAR	MELANCIA
23/out	QUA	BOLO MESCLADO	MANTEIGA	LEITE PURO OU ACHOCOLATADO	CAFÉ COM E SEM AÇÚCAR	BANANA
24/out	QUI	PÃO DE SAL	MARGARINA	LEITE PURO OU MINGAU DE MAISENA	CAFÉ COM E SEM AÇÚCAR	MELÃO
25/out	SEX	PÃO DE SAL	MANTEIGA	LEITE PURO OU MINGAU DE CHOCOLATE	CAFÉ COM E SEM AÇÚCAR	MAÇÃ
26/out	SÁB	PÃO DE SAL	MARGARINA	BEBIDA LÁCTEA DE CHOCOLATE		LARANJA
27/out	DOM	PÃO DE SAL	MANTEIGA	BEBIDA LÁCTEA DE CHOCOLATE		MAÇÃ
28/out	SEG	PÃO DE SAL	MANTEIGA	BEBIDA LÁCTEA DE CHOCOLATE	CAFÉ COM E SEM AÇÚCAR	BANANA
29/out	TER	PÃO DOCE	MARGARINA	LEITE PURO OU MINGAU DE CHOCOLATE	CAFÉ COM E SEM AÇÚCAR	MELANCIA
30/out	QUA	PÃO DE SAL	REQUEIJÃO	LEITE PURO OU ACHOCOLATADO	CAFÉ COM E SEM AÇÚCAR	MELÃO
31/out	QUI	BOLO TRADICIONAL	MANTEIGA	LEITE PURO OU QUEIMADINHA	CAFÉ COM E SEM AÇÚCAR	LARANJA

**CARDÁPIO DE MARIO 2024 – UFV FLORESTAL – ALMOÇO**

DATA	SEMANA	PRATO PRINCIPAL	OPÇÃO VEGETARIANA	GUARNIÇÃO	ARROZ	FEIJÃO	SAL. FOLHA	SAL. CRUA	SAL. COZIDA	SOBREMESA
01/out	TER	CARNE MOIDA COM BATATA (acem moido, batata inglesa)	SOJA COM LEGUMES (batata e tomate)	ESPAGUETE AO ALHO E ÓLEO	SIMPLES	BATIDO	MIX DE FOLHAS (couve/alface)	BETERRABA RAL	CHUCHU TEMPERADO (chuchu, tomate, cebola, cubos)	MELANCIA
02/out	QUA	FEIJOADA (cubos suino, linguiça, costelinha suina)	OVOS MEXIDOS	FARINHA DOURADA (farinha mandioca, margarina e colorau)	SIMPLES	SIMPLES	COUVE	TOMATE COM CEBOLA (cubos)	BERINJELA ASSADA (cubos)	GELATINA DE ABACAXI
03/out	QUI	FRANGO ASSADO(coxa de frango)	QUIBE VEGETARIANO (trigo para kibe, soja, cenoura, cebola)	CREME DE MILHO	COLORIDO	SIMPLES	ALFACE	PEPINO (rodela)	BETERRABA COZIDA (palito)	PUDIM DE MORANGO
04/out	SEX	PERNIL ASSADO AO MOLHO LARANJA	OMELETE ASSADO	MANDIOCA SAUTE COM ERVAS	SIMPLES	SIMPLES	MIX DE FOLHAS (repolho/ alface)	CENOURA RALADA	ABOBRINHA TEMPERADA (cubos)	LARANJA
05/out	SÁB	LASANHA A BOLONHESA (acem moido)	BOLINHO DE FEIJÃO BRANCO	LEGUMES SAUTE (batata e cenoura)	SIMPLES	SIMPLES	COUVE	VINAGRETE (cubos)	MORANGA ASSADA COM ORÉGANO (saute)	LARANJA
06/out	DOM	ESPETO MISTO (sassami e pernil)	POLPETONE DE SOJA	PURE DE BATATA	SIMPLES	SIMPLES	ALFACE	TOMATE (rodela)	CENOURA COZIDA (palito)	MAÇÃ
07/out	SEG	STRONOFFE BOVINO (iscas de coxão mole)	OVOS MEXIDOS	GUARNIÇÃO FRANCESA (batata palha, cenoura, milho, cebola)	SIMPLES	SIMPLES	ALFACE	TOMATE (rodela)	BETERRABA COZIDA (meia lua)	MELANCIA
08/out	TER	FRANGO ASSADO(coxa de frango)	CHARUTO DE REPOLHO C/ SOJA	POLENTA AO SUGO	SIMPLES	SIMPLES	MIX DE FOLHAS (repolho c/ alface)	CENOURA RALADA	ABOBRINHA TEMPERADA (cubos)	PUDIM
09/out	QUA	FEIJÃO TROPEIRO (iscas de pernil, linguiça, toucinho, ovos, couve, cebola)	FEIJÃO TROPEIRO VEGETARIANO (soja em grão, farinha de mandioca, ovos, cebola, couve)	ESPAGUETE AO ALHO E ÓLEO	SIMPLES	SIMPLES	COUVE	VINAGRETE (cubos)	CHUCHU SANKAY(chuchu c/ ovos, cubos)	LARANJA
10/out	QUI	BIFE SUINO ACEBOLADO (pernil bife)	POLPETONE DE SOJA	FAROFA BIRO BIRO (farinha mandioca, ovos , batata palha, margarina, cebolinha)	COLORIDO	SIMPLES	ALFACE	BETERRABA RAL	BERINJELA TEMPERADA (cubos)	GELATINA
11/out	SEX	CARNE COZIDA AO MOLHO (acém cubos, cebola, tomate, colorau, molho)	OVOS MEXIDOS	BATATA DOCE AO ALHO	SIMPLES	BATIDO	MIX DE FOLHAS (alface c/ couve)	TABULE (pepino, trigo para kibe, cebola, tomate, cubos)	MORANGA ASSADA COM ORÉGANO (saute)	BANANA
12/out	SÁB	ISCA DE FRANGO GRElhADA AO CREME DE MILHO	HAMBURGUER DE SOJA	TORTA DE LEGUMES (chuchu e cenoura)	SIMPLES	SIMPLES	ALFACE	PEPINO (cubos)	BETERRABA COZIDA (palito)	MELÃO
13/out	DOM	FILE DE PEIXE A MILANESA (file de tilapia/merluza)	SOJA COM LEGUMES	PIRÃO DE OVOS	SIMPLES	SIMPLES	COUVE	TOMATE (redela)	BATATA DOCE COZIDA (saute)	MELANCIA
14/out	SEG	CUBOS SUINO À BRASE (pernil cubos)	OVOS MEXIDOS	BATATA RUSTICA	SIMPLES	SIMPLES	COUVE	CENOURA RALADA	ABOBRINHA TEMPERADA (palito)	LARANJA
15/out	TER	LASANHA DE FRANGO (sassami)	LASANHA DE SOJA	SALTEADO DE CENOURA COM COUVE	SIMPLES	BATIDO	ALFACE	BETERRABA RAL	BERINJELA ASSADA (cubos)	DOCE TABLETE
16/out	QUA	PERNIL ASSADO AO MOLHO LARANJA	OMELETE ASSADO	FARINHA DOURADA (farinha mandioca, margarina e colorau)	SIMPLES	SIMPLES	COUVE	VINAGRETE (cubos)	MORANGA ASSADA (saute)	GELATINA

17/out	QUI	FRANGO ASSADO (coxa de frango)	QUIBE VEGETARIANO (trigo para kibe, soja, cenoura, cebola)	CANJIQUEINHA AO VINAGRETE	COLORIDO	SIMPLES	MIX DE FOLHAS (repolho/ alface)	PEPINO (rodela)	BETERRABA COZIDA (palito)	MELANCIA
18/out	SEX	ALMONDEGA BOVINA AO MOLHO SUGO	ALMONDEGA DE SOJA AO SUGO	PARAFUSO AO MOLHO BRANCO	SIMPLES	SIMPLES	ALFACE	ABOBRINHA RALADA	CENOURA COZIDA(cubos)	BANANA
19/out	SÁB	FRANGO A MILANESA (file de peito)	OVOS COZIDOS	CREME DE MORANGA	SIMPLES	SIMPLES	ALFACE	TOMATE (saute)	BERINJELA ASSADA (cubos)	PUDIM
20/out	DOM	BIFE BOVINO GRELHADO (patinho bife)	QUIBE VEGETARIANO (trigo para kibe, soja, cenoura, cebola)	BATATA DOCE AO ALHO	SIMPLES	SIMPLES	COUVE	VINAGRETE (cubos)	CHUCHU C/ OREGANO (cubos)	MAÇÃ
21/out	SEG	FRICASSE DE FRANGO (sassami)	OVOS MEXIDOS	REPOLHO BÚLGARO (repolho c/ cenoura)	SIMPLES	BATIDO	ALFACE	BETERRABA RAL	MORANGA ASSADA (saute)	DOCE TABLETE
22/out	TER	FEIJÃO TROPEIRO (iscas de pernil, linguiça, toucinho, ovos, couve, cebola)	FEIJÃO TROPEIRO VEGETARIANO (soja em grão, farinha de mandioca, ovos, cebola, couve)	ESPAGUETE AO ALHO E ÓLEO	SIMPLES	SIMPLES	COUVE	TOMATE (rodela)	BERINJELA TEMPERADA (cubos)	LARANJA
23/out	QUA	FRANGO ASSADO (coxa de frango)	QUIBE VEGETARIANO (trigo para kibe, soja, cenoura, cebola)	CREME DE MILHO	SIMPLES	SIMPLES	REPOLHO	CENOURA RAL	CHUCHU C/ OREGANO (cubos)	PUDIM
24/out	QUI	BIFE SUINO ACEBOLADO (pernil bife)	HAMBURGUER DE SOJA	FAROFA TROPICAL (farinha de mandioca, banana, maçã, cebola, margarina)	COLORIDO	SIMPLES	ALFACE	MORANGA RALADA	BETERRABA COZIDA (palito)	BANANA
25/out	SEX	CARNE ASSADA AO MOLHO ROTY (acem peça)	OVOS FRITOS	POLENTA AO SUGO	SIMPLES	SIMPLES	MIX DE FOLHAS (couve c/ repolho)	PEPINO (cubos)	CENOURA COZIDA(rodela)	MELANCIA
26/out	SÁB	PANQUECA DE FRANGO AO MOLHO SUGO	PANQUECA DE SOJA AO MOLHO SUGO	RATATULE (berinjela, abobrinha, cebola e tomate)	SIMPLES	SIMPLES	ALFACE	TOMATE (rodela)	BATATA DOCE COZIDA (saute)	GELATINA
27/out	DOM	LAGARTO AO MOLHO FERRUGEM	OVOS FRITOS	MANDIOCA SAUTE C/ OREGANO	SIMPLES	SIMPLES	COUVE	CENOURA RAL	BERINJELA TEMPERADA (cubos)	MELÃO
28/out	SEG	CUBOS SUINO À BRASE (pernil cubos)	OVOS COZIDOS	PIRÃO DE OVOS	COLORIDO	SIMPLES	ALFACE	BETERRABA RAL	BATATA DOCE COZIDA (saute)	MELANCIA
29/out	TER	FRANGO ASSADO (coxa de frango)	POLPETONE DE SOJA	PARAFUSO A MATRICIANA (cebola, tomate, ovos, molho de tomate)	SIMPLES	TUTU	REPOLHO	CENOURA RALADA	CHUCHU TEMPERADO (chuchu, tomate, cebola, cubos)	DOCE TABLETE
30/out	QUA	FEIJOADA (cubos suino, linguiça, costelinha suína)	OMELETE ASSADO	FARINHA DOURADA (farinha mandioca, margarina e colorau)	SIMPLES	SIMPLES	COUVE	VINAGRETE (cubos)	BETERRABA COZIDA (meia lua)	LARANJA
31/out	QUI	LASANHA A BOLONHESA (acem moido)	LASANHA DE SOJA	LEGUMES SAUTE (batata, cenoura e chuchu)	SIMPLES	SIMPLES	ALFACE	TABULE (pepino, trigo para kibe, cebola, tomate, cubos)	MORANGA ASSADA (saute)	GELATINA

**CARDÁPIO DE OUTUBRO 2024 – UFV FLORESTAL – JANTAR**

DATA	SEMANA	PRATO PRINCIPAL	OPÇÃO VEGETARIANA	GUARNIÇÃO	ARROZ	FEIJÃO	SAL. FOLHA	SAL. CRUA	SAL. COZIDA	SOBREMESA
01/out	TER	BIFE SUINO ACEBOLADO	OMELETE ASSADO	FAROFA ASTECA (farinha de mandioca, milho, repolho, cebola, margarina)	COLORIDO	SIMPLES	ALFACE	TOMATE	BERINJELA TEMPERADA	GELATINA
02/out	QUA	FRICASSE DE FRANGO (sassami)	QUIBE VEGETARIANO (trigo para kibe, soja, cenoura, cebola)	SALTEADO DE CENOURA COM COUVE	SIMPLES	SIMPLES	ALFACE	MORANGA RALADA	BETERRABA COZIDA	MELANCIA
03/out	QUI	CARNE COZIDA AO MOLHO (acém cubos, cebola, tomate, colorau, molho)	OVOS FRITOS	BATATA DOCE AO ALHO	SIMPLES	BATIDO	COUVE	CENOURA RALADA	CHUCHU TEMPERADO COM OREGANO	BANANA
04/out	SEX	FRANGO ASSADO (COXA DE FRANGO)	HAMBURGUER DE SOJA	CANJIQUEINHA	SIMPLES	SIMPLES	REPOLHO	VINAGRETE	MORANGA ASSADA COM ORÉGANO	PUDIM CHOCOLATE
05/out	SÁB	PERNIL ASSADO AO MOLHO DE LARANJA	OVOS COZIDOS	ESPAGUETE A MATRICIANA (cebola, tomate, ovos, molho de tomate)	SIMPLES	SIMPLES	ALFACE	TOMATE	BATATA DOCE COZIDA	DOCE TABLETE
06/out	DOM	BIFE BOVINO GRELHADO (patinho bife)	OVOS FRITOS	MANDIOCA COM ERVAS	SIMPLES	SIMPLES	REPOLHO	CENOURA RALADA	BERINJELA ASSADA	BANANA
07/out	SEG	CUBOS SUINO ACEBOLADO (pernil cubos)	POLPETONE DE SOJA	CREME DE MORANGA	COLORIDO	SIMPLES	MIX DE FOLHAS (couve c/ alface)	ABOBRINHA RALADA	CENOURA COZIDA	LARANJA
08/out	TER	CARNE MOÍDA AO VINAGRETE (acem moído, cebola, tomate)	SOJA AO VINAGRETE (proteína de soja, cebola, tomate)	ESPAGEUTE AO ALHO E OLEO	SIMPLES	SIMPLES	COUVE	BETERRABA RAL	MORANGA ASSADA COM ORÉGANO	DOCE TABLETE
09/out	QUA	FRANGO CROCANTE (coxa de frango)	OVOS MEXIDOS	PURE DE BATATA	SIMPLES	SIMPLES	ALFACE	PEPINO	BETERRABA COZIDA	PUDIM
10/out	QUI	ISCA BOVINA ACEBOLADA (acem iscas)	TORTA DE SOJA	LEGUMES SAUTE (CHUCHU E CENOURA)	SIMPLES	TUTU	ALFACE	TOMATE	BERINJELA TEMPERADA	LARANJA
11/out	SEX	FRANGO PORTUGUÊS (cubos de sassami, cebola, tomate e molho de tomate)	QUIBE VEGETARIANO (trigo para kibe, soja, cenoura, cebola)	VIRADO DE COUVE	SIMPLES	SIMPLES	REPOLHO	CENOURA RALADA	CHUCHU C/ OREGANO	MELANCIA
12/out	SÁB	LAGARTO AO MOLHO ROTY	HAMBURGUER DE SOJA	RATATULE (berinjela, abobrinha, cebola e tomate)	SIMPLES	SIMPLES	ALFACE	TOMATE	BATATA DOCE COZIDA	GELATINA
13/out	DOM	ESPEITO MISTO (sassami e pernil)	OVOS FRITOS	BATATA GRATINADA	SIMPLES	SIMPLES	MIX DE FOLHAS (couve c/ alface)	MORANGA RALADA	BETERRABA COZIDA	PUDIM
14/out	SEG	STROGONOFF DE FRANGO (sassami)	POLPETONE DE SOJA	GUARNIÇÃO FRANCESA (batata palha, cenoura, milho, cebola)	SIMPLES	SIMPLES	ALFACE	BETERRABA RAL	MORANGA ASSADA COM ORÉGANO	MELÃO
15/out	TER	BIFE SUINO ACEBOLADO (pernil bife)	OMELETE ASSADO	FAROFA TROPICAL (farinha de mandioca, banana, maçã, cebola, margarina)	COLORIDO	SIMPLES	COUVE	TOMATE	ABOBRINHA TEMPERADA	PUDIM

16/out	QUA	FRANGO ASSADO(coxa e sobrecoxa)	BOLINHO DE FEIJÃO BRANCO	ESPAGUETE AO SUGO	SIMPLES	TUTU	ALFACE	TABULE (pepino, trigo para kibe, cebola, tomate, cubos)	CENOURA COZIDA	BANANA
17/out	QUI	CARNE COZIDA AO MOLHO (acém cubos, cebola, tomate, colorau, molho)	OVOS COZIDOS	MANDIOCA ENSOPADA	SIMPLES	SIMPLES	REPOLHO	PEPINO	BETERRABA COZIDA	LARANJA
18/out	SEX	CUBOS SUINO À BRASE (pernil cubos)	HAMBURGUER DE SOJA	CREME DE MILHO	SIMPLES	SIMPLES	MIX DE FOLHAS (alface c/ repolho)	TOMATE	BERINJELA TEMPERADA	GELATINA
19/out	SÁB	LASANHA DE FRANGO	OMELETE ASSADO	LEGUMES SAUTE (CHUCHU E CENOURA)	SIMPLES	SIMPLES	ALFACE	PEPINO COM CEBOLA	BETERRABA COZIDA	MAMAO
20/out	DOM	PEIXE A MILANESA	OVOS FRITOS	PIRÃO DE OVOS	SIMPLES	SIMPLES	MIX DE FOLHAS (couve c/ alface)	CENOURA RALADA	BATATA DOCE COZIDA	DOCE TABLETE
21/out	SEG	CARNE COZIDA AO MOLHO (acém cubos, cebola, tomate, colorau, molho)	SOJA COM LEGUMES (cenoura e batata)	PARAFUSO AO SUGO	COLORIDO	SIMPLES	REPOLHO	VINAGRETE	CHUCHU COM OREGANO	MELANCIA
22/out	TER	TORTA DE FRANGO	TORTA DE SOJA	CANJIQUEINHA	SIMPLES	SIMPLES	ALFACE	BETERRABA RAL	CENOURA COZIDA	GELATINA
23/out	QUA	ISCA BOVINA AO MOLHO (chã dentro)	OVOS MEXIDOS	BATATA DOCE AO ALHO	SIMPLES	BATIDO	COUVE	ABOBRINHA RALADA	BETERRABA COZIDA	LARANJA
24/out	QUI	FEIJADA (cubos suino, linguiça, costelinha suína)	OVOS FRITOS	FARINHA DOURADA (farinha mandioca, margarina e colorau)	SIMPLES	SIMPLES	MIX DE FOLHAS (repolho c/ alface)	CENOURA RALADA	BERINJELA TEMPERADA	DOCE TABLETE
25/out	SEX	FRANGO ASSADO (coxa de frango)	POLPETONE DE SOJA	LEGUMES SAUTE (chuchu, batata e cenoura)	SIMPLES	SIMPLES	MIX DE FOLHAS (alface c/ repolho)	TOMATE	MORANGA ASSADA COM ORÉGANO	PUDIM
26/out	SÁB	ROCAMBOLE DE CARNE MOIDA	OVOS FRITOS	FAROFÁ DE BANANA	SIMPLES	SIMPLES	COUVE	PEPINO	BETERRABA COZIDA	BANANA
27/out	DOM	FRANGO A MILANESA	POLPETONE DE SOJA	CREME DE MORANGA	SIMPLES	SIMPLES	ALFACE	VINAGRETE	ABOBRINHA TEMPERADA	LARANJA
28/out	SEG	STROGONOFF BOVINO	HAMBURGUER DE SOJA	GUARNIÇÃO FRANCESA (batata palha, cenoura, milho, cebola)	SIMPLES	SIMPLES	MIX DE FOLHAS (alface c/ repolho)	TOMATE	BERINJELA TEMPERADA	DOCE TABLETE
29/out	TER	PERNIL ASSADO AO MOLHO DE LARANJA	OVOS FRITOS	MANDIOCA SAUTE COM ERVAS	COLORIDO	SIMPLES	MIX DE FOLHAS(couve c/ alface)	BETERRABA RAL	ABOBRINHA TEMPERADA	MELANCIA
30/out	QUA	FRANGO ASSADO(coxa de frango)	QUIBE VEGETARIANO (trigo para kibe, soja, cenoura, cebola)	CREME DE MILHO	SIMPLES	SIMPLES	COUVE	PEPINO	CENOURA COZIDA	GELATINA
31/out	QUI	BIFE SUINO ACEBOLADO	POLPETONE DE SOJA	ESPAGUETE A MATRICIANA (cebola, tomate, ovos, molho de tomate)	SIMPLES	BATIDO	ALFACE	TOMATE COM CEBOLA	CHUCHU TEMPERADO	BANANA