

MÊS: dez - 2ª SEMANA - DATA: 09/12/2019 A 13/12/2019

## UFMA - CAMPUS PINHEIRO

REFEIÇÃO		SALADA	PRATO PRINCIPAL	GUARNIÇÃO	CEREAL
Segunda	Almoço	Alface e beterraba ralada Molho : ervas	almôndegas ao molho de tomate	macarrão ao alho e óleo	Arroz branco
	Jantar	Repolho verde, tomate e pepino Molho : ervas	vaca atolada	pirão de carne	Arroz Branco
Terça	Almoço	Pepino, couve folha e cenoura ralada	carré na chapa omelete de carne	Farofa simples	Arroz Temperado
	Jantar	Alface e beterraba ralada Molho : ervas	misto na chapa (frango /toscana)	macarrão ao alho e óleo	Arroz Temperado
Quarta	Almoço	Mix de repolho com abacaxi	frango à pasarinho	batata doce	Arroz Branco
	Jantar	Pepino, couve folha e cenoura ralada	Estrogonofe de frango	Farofa simples	Arroz Branco
Quinta	Almoço	couve folha, tomate e cenoura ralada	Feijoada Isca de frango na chapa	Farofa simples	Arroz branco
	Jantar	Mix de repolho com abacaxi	almôndegas ao molho	macarrão ao alho e óleo	Arroz Branco
Sexta	Almoço	Alface, repolho e Cenoura ralada	fígado ao molho torta de frango	macaxeira cozida	Arroz branco
	Jantar	Alface, repolho e Cenoura ralada	filé de frango na chapa	Farofa simples	Arroz Branco

2019		

LEGUMINOSA	VEGETARIANO	SOBREMESA
Feijão		Doce
Feijão		
Feijão		Doce
Feijão		
Feijão		Doce
Feijão		
Feijão		Doce
Feijão		
Feijão		Doce
Feijão		