



## Planejamento Mensal - Almoço

MÊS: ABRIL - 5ª SEMANA - DATA: 29/04/2018 A 03/05/2018

### UFMA - CAMPUS IMPERATRIZ

REFEIÇÃO		SALADA	PRATO PRINCIPAL	GUARNIÇÃO	CEREAL	LEGUMINOSA	VEGETARIANO
Segunda	Almoço	BETERRABA E CENOURA E CHUCHU C/ ERVAS MOLHO: ROSÊ	COXA/SOBRECOXA EMPANADA	PURÊ MISTO	ARROZ BRANCO ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO CARIOCA	CROQUETE DE LEGUMES
Terça	Almoço	ALFACE, PEPINO E BETERRABA MOLHO: LARANJA	BIFE ACEBOLADO	MACAXEIRA FRITA	ARROZ COM CENOURA ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO CARIOCA	LASANHA DE BERINJELA
Quarta	Almoço	REPOLHO, CENOURA E COUVE MOLHO: AGRIDOCE	ASSADO DE PANELA	MACARRÃO AO MOLHO DE TOMATE	ARROZ À GREGA ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO CARIOCA	MOQUECA DE BANANA
Quinta	Almoço	VINAGRETE MOLHO: LIMÃO	FEIJOADA ISCA DE FRANGO ACEBOLADA	FAROFA DE COUVE	ARROZ BRANCO ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO CARIOCA	GRÃO DE BICO REFOGADO COM LEGUMES
Sexta	Almoço	CENOURA, BETERRABA E REPOLHO REFOGADO MOLHO: MOSTARDA	ESTROGONOFE DE FRANGO	FAROFA COM BATATA PALHA	ARROZ BRANCO ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO CARIOCA	OMELETE DE QUEIJO

Este cardápio está sujeito a alterações