|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA |
| Pernil suíno ao molho barbicue | Churrasco misto | Fricassé de frango | Carne de panela | Frango assado |
| Arroz \Feijão  | Arroz \ Feijão  | Arroz/Feijão | Arroz/Feijão | Arroz/Feijão |
| Brócolis com cenoura | Batata  | Legumes sauté | Mandioca | Farofa  |
| Beterraba ralada | Repolho com tomate | Pepino com tomate | Cenoura ralada | Mix de legumes |
| Alface com chicória | Alface com almeirão | Alface com almeirão | Alface com agrião | Mix de folhas |
| VEGETARIANO | VEGETARIANO | VEGETARIANO | VEGETARIANO | VEGETARIANO |
| Ovos fritos | Couve-flor com quinoa ao molho branco | Mix de grãos | Kibe de beringela  | Ratatoule  |
| FRUTA\* | FRUTA\* | FRUTA\* | FRUTA\* | FRUTA\* |
| SUCO DE CÍTRUS | SUCO DE ABACAXI COM HORTELÃ | SUCO DE FRUTAS FRUTAS VERMELHAS | SUCO DE MANGA | SUCO DE FRUTAS AMARELAS |

CARDÁPIO PARA ALMOÇO À SER SERVIDO DE 07 A 11 DE OUTUBRO DE 2019 PELA EMPRESA FRANGO MAIS AO INSTITUTO FEDERAL DO SUL DE MINAS UNIDADE POUSO ALEGRE

 \*A fruta será disponibilizada de acordo com a oferta do mercado

Nutricionista responsável: Francislene A. Moreira CRN 12262 9ª região