|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA |
| Ísca de frango  | Pernil assado em cubos | Bife bovino | Frango assado | Iscas suínas ao molho de maracujá |
| Arroz \ Feijão  | Arroz/Feijão | Arroz \Feijão  | Arroz/Feijão | Arroz /Feijão  |
| Macarrão ao molho | Repolho refogado | Legumes sautté  | Farofa  | Polenta  |
| Beterraba ralada | Pepino com tomate | Tabule  | Abobrinha com hortelã | Cenoura cozida |
| Alface com agrião | Alface com chicória  | Alface com almeirão | Alface com rúcula | Mix de folhas |
| VEGETARIANO | VEGETARIANO | VEGETARIANO | VEGETARIANO | VEGETARIANO |
| Brócolis ao molho branco | Ovos fritos | Kibe vegetariano | Omelete de beterraba | Torta vegetariana |
| FRUTA\* | FRUTA\* | FRUTA\* | FRUTA\* |  |
| SUCO DE CÍTRUS | SUCO DE ABACAXI COM HORTELÃ | SUCO DE FRUTAS TROPICAIS | SUCO DE FRUTAS AMARELAS | SUCO DE FRUTAS VERMELHAS |

CARDÁPIO PARA ALMOÇO À SER SERVIDO DE 17 A 21 DE FEVEREIRO DE 2020 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