

CARDÁPIO
IF SUDESTE MG - CAMPUS SÃO JOÃO DEL-REI

MÊS: DEZEMBRO/2022

DATA	Acompanhamento	Guarnição	Proteína	Vegetariana
Quinta 01/12	Arroz Feijão Inteiro	Virado de Abobrinha	Pernil ao Molho Barbecue	Strogonoff de Grão de Bico
Terça 06/12	Arroz Feijão Inteiro	Batata Palha ao Alho e Chimichuri	Strogonoff Bovino	Tomate Recheado
Quinta 08/12	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO
Terça 13/12	Arroz Feijão Inteiro	Macarrão ao Sugo	Filezinho de Frango Empanado	Soja com Ervilha e Cenoura
Quinta 15/12	Arroz Feijão Inteiro	Purê Rosado	Isca Bovina Acebolada	Omelete de Muçarela
Terça 20/12	Arroz Feijão Inteiro	Farofa Natalina (Banana, Passas e Cenoura)	Sobrecoxa Assada	Feijão Branco com Espinafre
Quinta 22/12	Arroz Feijão Inteiro	Penne ao Molho Branco	Frango Xadrez	Hambúrguer de Cenoura