

CARDÁPIO
IF SUDESTE MG - CAMPUS SÃO JOÃO DEL-REI
CURSOS TÉCNICOS INTEGRADOS AO ENSINO MÉDIO

MÊS: AGOSTO/2023

DATA	Acompanhamento	Guarnição	Proteína	Vegetariano
Terça-feira 01/08/2023	Arroz Feijão Inteiro	Farofa Dourada	Cubo Suíno ao Molho	Feijão Branco com Vagem
Quinta-feira 03/08/2023	Arroz	Purê de Batata	Strogonoff de Frango	Quibe de Aveia
Terça-feira 08/08/2023	Arroz Feijão Inteiro	Angu	Carne Moída ao Sugo	Strogonoff de Grãos
Quarta-feira 09/08/2023	Arroz	Batata Frita	Fricassê de Frango	Croquete de Lentilha
Quinta-feira 10/08/2023	Arroz	Batata Palha	Strogonoff Bovino	Nuggets de Milho
Quarta-feira 16/08/2023	Arroz Feijão Inteiro	Creme de Espinafre	Filezinho de Frango Empanado	Baroa com Ervilha
Quinta-feira 17/08/2023	Arroz Feijão Inteiro	Macarronada	Carne de Panela	Omelete
Terça-feira 22/08/2023	Arroz	Batata Corada	Strogonoff de Frango	Grão de Bico com Vagem
Quarta-feira 23/08/2023	Arroz Feijão Inteiro	Farofa de Ovo	Churrasco Misto	Soja com Milho
Quinta-feira 24/08/2023	Arroz Feijão Inteiro	Creme de Milho	Bife Suíno	Paella Vegana
Terça-feira 29/08/2023	Arroz Feijão Inteiro	Purê Rosado	Filezinho de Frango Frito	Fricassê de Grão de Bico

Quarta-feira 30/08/2023	Arroz	Macarronada	Sobrecoxa Assada	Lentilha com Milho
Quinta-feira 31/08/2023	Arroz Feijão Inteiro	Angu	Pernil ao Molho	Ovo Frito