



Instituto Federal Catarinense – IFC Campus Camboriú  
Restaurante Mãoas Peruanas

### CARDÁPIO JULHO 2025 – ALMOÇO/JANTA

	Segunda (07/07)	Terça (08/07)	Quarta (09/07)	Quinta (10/07)	Sexta (11/07)
<b>Acomp.</b>	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão
<b>Principal</b>	Escabeche de frango	Iscas suínas aceboladas	Carne moída á primavera	Filé de frango á milanesa	Coxa sobrecoxa ao molho branco
<b>2ª opção</b>					
<b>Guarnição</b>	Polenta cremosa	Farofa com banana	Macarrão com ervas	Risoto de alho poró	Macarrão ao pesto
<b>Vegetariano</b>	Ovos mexidos	Abobrinha com ricota	Bolinho de PTS	PTS com legumes	Bolinho de feijão branco
<b>Salada 1</b>	Acelga	Alface	Acelga	Alface	Acelga
<b>Salada 2</b>	Mix de repolho	Pepino	Tabule	Beterraba ralada	Repolho com tomate
<b>Salada 3</b>	Lentilha	Cenoura cozida	Abobrinha salteada	Grão de bico	Chuchu
<b>Sobremesa</b>	Fruta	Sobremesa	Fruta	Sobremesa	Fruta
<b>Água</b>	<b>Água</b>	<b>Água</b>	<b>Água</b>	<b>Água</b>	<b>Água</b>

**\*Cardápio sujeito a alterações**

Giuliana Karoline  
Nutricionista CRN 10 - 10651