



Instituto Federal Catarinense – IFC Campus Camboriú
Restaurante Mãoas Peruanas

CARDÁPIO JULHO 2025 – ALMOÇO

	Segunda (21/07)	Terça (22/07)	Quarta (23/07)	Quinta (24/07)	Sexta (25/07)
Acomp.	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão
Principal	Frango xadrez	Carne moída á primavera	Filé de Frango acebolado	Lombo suíno na mostarda	Coxa Sobrecoxa ao molho branco
2ª opção					
Guarnição	Farofa rica	Polenta cremosa	Macarrão ao sugo	Batata doce caramelizada	Macarrão com ervas
Vegetariano	Ovos mexidos	PTS refogada	Ovos cozidos	Bolinho de PTS	Abobrinha com ricota
Salada 1	Acelga	Alface	Acelga	Alface	Acelga
Salada 2	Mix de repolho	Pepino	Tabule	Beterraba ralada	Repolho com tomate
Salada 3	Lentilha	Beterraba cozida	Chuchu	Grão de bico	Chuchu
Sobremesa	Fruta	Sobremesa	Fruta	Sobremesa	Fruta
Água	Água	Água	Água	Água	Água

***Cardápio sujeito a alterações**

Giuliana Karoline
Nutricionista CRN 10 - 10651