



INSTITUTO FEDERAL DE
EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA
SÃO PAULO
Câmpus Itaquaquecetuba

ALMOÇO	SEGUNDA - FEIRA	TERÇA - FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	09/09/2019	10/09/2019	11/09/2019	12/09/2019	13/09/2019
Salada	Repolho e Vinagrete	celga Festiva e Cenoura cozida	Alface crespa e batata doce	Almeirão e Beterraba ralada	Alface e Chuchu cozido
Acompanhamento	Arroz branco e Feijão Preto	Arroz branco e Feijão	Arroz branco e Feijão Preto	Arroz branco e Feijão	Arroz branco e Feijão
Proteína	Frango Xadrez / Batata Recheada	Hamburguer à napolitano / Hamburguer de feijão preto	Espeto Misto / Espeto de Legumes	Isca de peixe no fubá / Omelete de legumes	Feijão Tropeiro / Nhoque com ervas
Guarnição	Cenoura Vick	Batata Palha	Farofa de ovos	Chuchu gratiando	Escarola refogada
Sobremesa	Abacaxi	Flãn de caramelo	Melancia	Mamão	Salada de frutas