

# Refeitório Popular

## João Bosco Murta Lages

Semana de 17 a 21/08/2026

### ALMOÇO

#### Segunda-feira

Arroz  
Feijão  
Carne: Linguiça de Pernil Assada ao Molho  
Opção de ovo: Cozidos  
Opção Vegetariana: Hambúrguer de Feijão  
Guarnição: Repolho búlgaro  
Salada: Lentilha ao Vinagrete com Abacaxi  
Sobremesa: Doce

#### Terça-feira

Arroz  
Feijão  
Carne: Pescoço de Peru ao Molho  
Opção de ovo: Mexido com Ervilha  
Opção Vegetariana: Almôndega de Lentilha  
Guarnição: Almeirão ao alho e óleo  
Salada: Beterraba ralada  
Sobremesa: Melão

#### Quarta-feira

Arroz  
Feijão  
Carne: Frango Caipira  
Opção de ovo: Omelete com Cenoura  
Opção Vegetariana: Hambúrguer de soja  
Guarnição: Cenoura Vick  
Salada: Acelga  
Sobremesa: Banana

#### Quinta-feira

Arroz  
Feijão  
Carne: Isca de Fígado Acebolado  
Opção de ovo: Mexido com Tomate  
Opção Vegetariana: Almôndega de Lentilha  
Guarnição: Macarrão Espaguete ao Alho e Óleo com Bacon  
Salada: Alface com tomate  
Sobremesa: Mamão

#### Sexta-feira

Arroz  
Carne: Feijoadada  
Opção de ovo: Omelete Simples  
Opção Vegetariana: Hambúrguer de Lentilha  
Guarnição: Farofa Dourada  
Salada: Couve  
Sobremesa: Laranja

**HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO  
DE SEGUNDA A SEXTA FEIRA**

**Almoço - 11h às 14h / R\$3,00**



**BELO  
HORIZONTE**  
PREFEITURA DO POVO

**AQUI O TRABALHO NÃO PARA**