

Refeitório Popular

João Bosco Murta Lages

Semana de 14/09/2026 a 18/09/2026

ALMOÇO

Segunda-feira

Arroz
Feijão
Carne: Pernil em cubos ao molho
Opção de ovo: Cozido ao molho vermelho
Opção Vegetariana: Hambúrguer de lentilha
Guarnição: Polenta ao sugo
Salada: Acelga
Sobremesa: Doce

Terça-feira

Arroz
Feijão
Carne: Isca de fígado
Opção de ovo: Mexidos com tomate
Opção Vegetariana: Almôndega de grão de bico
Guarnição: Virado de vagem
Salada: Almeirão
Sobremesa: Melão

Quarta-feira

Arroz
Feijão
Carne: Costelinha assada ao molho vermelho
Opção de ovo: Omelete com brócolis
Opção Vegetariana: Hambúrguer de feijão
Guarnição: Macarrão espaguete ao sugo com manjerição
Salada: Beterraba cozida
Sobremesa: Banana

Quinta-feira

Arroz
Feijão tropeiro
Carne: Bife de pernil ao molho escuro
Opção de ovo: Mexidos com cenoura
Opção Vegetariana: Hambúrguer de soja
Guarnição: Almeirão ao alho e óleo
Salada: Vinagrete
Sobremesa: Laranja

Sexta-feira

Arroz
Feijão
Carne: Frango caipira
Opção de ovo: Cozido ao molho vermelho
Opção Vegetariana: Almôndega de lentilha
Guarnição: Berinjela ao sugo
Salada: Grão de bico com tomate e cebola
Sobremesa: Arroz doce

**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