Refeitório Popular

João Bosco Murta Lages

Semana de 23/11/2026 a 27/11/2026

ALMOÇO

Segunda-feira

Arroz
Feijão
Carne: Miolo de acém ao molho
Opção de ovo: Omelete de forno
Opção Vegetariana: Almôndega de grão de bico
Guarnição: Canjiquinha com legumes
Salada: Beterraba cozida com cheiro verde
Sobremesa: Doce

Terça-feira

Arroz
Feijão
Carne: Miolo de acém ao molho
Opção de ovo: Mexidos com cheiro verde
Opção Vegetariana: Hambúrguer de feijão
Guarnição: Acelga ao alho e óleo
Salada: Vinagrete
Sobremesa: Banana

Quarta-feira

Arroz
Feijão
Carne: Lombo assado ao molho
Opção de ovo: Cozidos ao molho
Opção Vegetariana: Proteína de soja à jardineira
Guarnição: Macarrão parafuso ao molho branco
Salada: Alface com rúcula e tomate
Sobremesa: Maçã

Quinta-feira

Arroz
Feijão
Carne: Pescoço de peru
Opção de ovo: Mexidos com ervilha
Opção Vegetariana: Hambúrguer de grão de bico com moranga
Guarnição: Cenoura vick
Salada: Couve
Sobremesa: Canjica

Sexta-feira

Arroz
Feijão
Carne: Frango assado ao molho
Opção de ovo: Cozidos ao molho
Opção Vegetariana: Quibe de grão de bico com moranga
Guarnição: Farofa com banana, bacon e ovos
Salada: Almeirão
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