



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

ALMOÇO	SEGUNDA - FEIRA	TERÇA - FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	14/10/2019	15/10/2019	16/10/2019	17/10/2019	18/10/2019
Salada			Alface crespa e Cebola Temperada	Escarola e Batata doce	Alface Crespa e Pepino
Acompanhamento			Arroz branco e Feijão	Arroz branco e Feijão	Arroz branco e Feijão
Proteína	R E C E S S O	F E R I A D O	Escondidinho de cação / Escondidinho de proteína de soja	Fricassê de frango / Omelete ao forno	Kibe frito / Bolinho de queijo
Guarnição			Legumes sauté	Batata Palha	Escarola regofada
Sobremesa			Gelatina de limão	Melancia	Maçã