

CARDÁPIO - INSA

ALMOÇO - ABRIL/2024



DIA	Segunda-feira 22/04	Terça-feira 23/04	Quarta-feira 24/04	Quinta-feira 25/04	Sexta-feira 26/04
Prato Base	Arroz Branco Feijão Carioca	Arroz Branco Feijão Carioca	Arroz Branco Feijão Carioca	Arroz Branco Feijão Carioca	Arroz Branco Feijão Carioca
Proteína	Peixe crocante (assado)	Rocambole de carne moída	Fricassê de frango	Carne moída com vagem	Feijoada (2 tipos de carne)
Acompanhamen to	Macarrão com legumes	Acelga com cenoura refogada	Brócolis sauté	Bolinho de arroz com cenoura (assado)	Farofa Couve refogada
Saladas	Alface Americana Beterraba palito	Pepino japonês	Repolho Cenoura palito	Alface cresa Beterraba ralada	Tomate canoa

*Cardápio sujeito a alterações.

Nutricionista: Caroline H. Avelar CRN-3 25391



KIT LANCHE

DIA	LANCHE DA MANHÃ	LANCHE DA TARDE
Segunda-feira 22/04	Pão de Queijo Salada de frutas	Ovos mexidos / queijo meia cura em cubos Suco de Melancia
Terça-feira 23/04	Muffin de Banana com aveia Suco de Limão	Bisnaguinha com manteiga Maçã Suco de laranja
Quarta-feira 24/04	Pão caseirinho com requeijão Suco de Uva	Pão de Queijo Uva / Abacaxi
Quinta-feira 25/04	Bolo de maçã Suco de Abacaxi	Pão caseirinho com queijo fresco Suco de Maracujá
Sexta-feira 26/04	Pão de queijo Melão Suco de Laranja	Torta de frango Salada de frutas

*Cardápio sujeito a alterações.

Nutricionista: Caroline H. Avelar CRN-3 25391