

INSTITUTO NACIONAL DE CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO AMAZONAS
CAMPUS TABATINGA

ABRIL
Semana 14/ a 18/04

Refeição	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
Lanche da manhã	Pão com ovos mexidos com tomate e cebola + suco de cajú	Vitamina de banana, mamão e aveia	Bolo simples + Suco de uva	Cuscuz com frango + suco de caju	Feriado
Almoço	Salada (alface, tomate e pepino) Arroz Feijão carioca Panqueca de carne farofa Suco de uva	Salada (abóbora, batata, beterraba) Arroz Feijão preto Fricassê de frango farofa Suco de Goiaba	Salada Vinagrete Arroz Feijão carioca Farofa Lombo suíno xadrez Suco de cajú	Salada cozida (cenoura, batata, feijão de corda) Arroz Feijão carioca Isca de carne com legumes Farofa Suco de cupuaçu	
Lanche da tarde	Pão com ovos mexidos com tomate e cebola + suco de cajú	Vitamina de banana, mamão e aveia	Bolo simples Suco de uva + 1 fatia de melancia	Cuscuz com ovo + suco de caju	
Lanche da noite	Pão com ovos mexidos com tomate e cebola + suco de cajú	Vitamina de banana, mamão e aveia	Bolo simples Suco de uva + 1 fatia de melancia	Cuscuz com ovo + suco de caju	

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES