

**INSTITUTO NACIONAL DE CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO AMAZONAS**  
**CAMPUS TABATINGA**

**Novembro**  
**SEMANA 25/11 a 29/11**

<b>Refeição</b>	<b>2ª FEIRA</b>	<b>3ª FEIRA</b>	<b>4ª FEIRA</b>	<b>5ª FEIRA</b>	<b>6ª FEIRA</b>
<b>Lanche da manhã</b>	Pão com patê de atum e alface suco de maracujá	Sopa de macaxeira com frango desfiado	Bolo de milho + café com leite	Farofa de carne seca (paçoca) + suco de caju	Torta de sardinha e suco cupuaçu
<b>Almoço</b>	Salada (alface, tomate e pepino) Arroz Feijão carioca Vaca atolada Farofa Suco de Uva	Salada (abóbora, batata, beterraba) Arroz Feijão preto Frango com creme de milho Macarrão Suco de Goiaba	Salada Vinagrete Arroz Feijão carioca Farofa Frango assado Suco de cajú	Salada cozida (cenoura, batata, feijão de corda) Arroz Feijão carioca Picadinho com ervilha e milho Farofa Suco de cupuaçu	Salada (Alface, tomate e pepino) Arroz Feijoada Farofa Suco de maracujá
<b>Lanche da tarde</b>	Pão com patê de atum e alface suco de maracujá + Abacaxi	Bolacha doce + café com leite + Maçã	Bolo de milho + café com leite + Melancia	Farofa de carne seca (paçoca) + suco de caju	Torta de sardinha e suco cupuaçu
<b>Lanche da noite</b>	Pão com patê de atum e alface suco de maracujá + Abacaxi	Sopa de macaxeira com frango desfiado Maçã	Bolo de milho + café com leite + Melancia	Farofa de carne seca (paçoca) + suco de caju	Torta de sardinha e suco cupuaçu