

INSTITUTO NACIONAL DE CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO AMAZONAS
CAMPUS TABATINGA

Dezembro
SEMANA 02/12 a 06/12

Refeição	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
Lanche da manhã	Pão c/ Patê de frango e alface + café c/ leite	Mingau de banana da terra com tapioca	Cuscuz com calabresa Suco de uva	Pão c/ ovo + achocolatado gelado	Suco de maracujá Bolo de Mesclado
Almoço	Salada (alface, tomate e pepino) Arroz Feijão carioca Peito de frango em cubos Farofa Suco de cupuaçu	Salada (abóbora, batata, beterraba) Arroz Feijão preto Bife acebolado Macarrão Suco de Goiaba	Salada Vinagrete Arroz Feijão carioca Farofa Peixe à milanesa Suco de cajú	Salada cozida (cenoura, batata, feijão de corda) Arroz Feijão carioca Escondidinho de carne moída Farofa Suco de cupuaçu	Salada (Alface, tomate e pepino) Arroz Frango ao molho de tomate Farofa Suco de maracujá
Lanche da tarde	Pão c/ Patê de frango e alface + café c/ leite + Banana	Mingau de banana da terra com tapioca	Cuscuz com calabresa Suco de uva + 1 fatia de abacaxi	Pão c/ ovo + achocolatado gelado	Suco de maracujá Bolo de Mesclado
Lanche da noite	Pão c/ Patê de frango e alface + café c/ leite + Banana	Mingau de banana da terra com tapioca	Cuscuz com calabresa Suco de uva + 1 fatia de abacaxi	Pão c/ ovo + achocolatado gelado	Suco de maracujá Bolo de Mesclado

Kátia Jamile G. de Melo

Kátia Jamile G. de Melo
Nutricionista - CRNN 441872 - Região
SIAPE 2199587