

**Cardápio USINA ABRIL 2024**

**Abril - Semanas 1, 3 e 5**

**Abril - Semanas 2 e 4**

SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SEG	TER	QUA	QUI	SEX
<b>1, 15, 29</b>	<b>2, 16, 30</b>	<b>3, 17</b>	<b>4, 18</b>	<b>5, 19</b>	<b>8, 22</b>	<b>9, 23</b>	<b>10, 24</b>	<b>11, 25</b>	<b>12, 26</b>
Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz integral	Arroz branco	Arroz integral	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco
Feijão carioca	Feijão carioca	Lentilha ou feijão carioca	Feijão preto	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijoada vegana e feijoada com carnes	Feijão carioca	Grão de bico ou feijão carioca
Strogonoff de frango	Lombo suíno ao molho de maracujá	Hamburguinho de aveia e legumes	Picadinho de carne com legumes	Peixe assado com ervas	Carne louca ou banana louca	Bifinho em tiras		Bolonhesa	Frango refogado com ervas
Cenoura ao azeite e cebolinha	Escarola refogada	Brócolis refogado	Repolho roxo refogado	Abobrinha recheada com tomate	Chuchu refogado com alho-poró	Lasanha de legumes ao molho bêcheamel gratinada	Couve refogada	Cenoura e beterraba refogadas	Acelga refogada com cenoura
Batatas rústicas com ervas	Purê de batatas (sem LEITE)	Macarrão ao basilico (tomate, azeite & manjericão)	Polenta mole	Batata doce assada com ervas	Milho verde e ervilha cozidos		Farofa de cebola e talos	Macarrão	Canjiquinha
Rodelas de pepino e tomate	Sunomono & tomates	Vinagrete com grão de bico (tomate e cebola roxa)	Tabule com pepino, tomate & cebola	Vagem com pimentões coloridos & cebola	Palitos de cenoura & pepino	Salada de alface & tomate	Salada de agrião com manga e tomate cereja	Alface & pepino com azeite & sal	Alface & tomate com molho de limão
Bolo de banana	Salada de frutas	Melão	Canjica	Banana com granola	Melancia	Doce de melancia ou maçã	Laranja com ou sem canela	Uva com melão	Bolo de chocolate
Suco de uva	Suco de goiaba	Chá de casca de abacaxi	Suco de morango	Suco de tangerina	Suco de laranja com limão	Suco de acerola	Suco de abacaxi com hortelã	Suco de manga	Suco de melancia com gengibre
<p>Todos os itens são servidos separadamente no prato, exceto se houver aviso de restrição via cadastro da Dominga Cozinha ou por e-mail <a href="mailto:dominganausina@gmail.com">dominganausina@gmail.com</a></p>			<p>Cozinhamos feijões com legumes. Enriquecemos arrozes com legumes. Usamos frango livre de transgênicos, carnes e peixe de boa procedência, ovos de galinhas criadas soltas, temperos naturais. Não usamos açúcar refinado. Bolos levam uma parte de farinha integral.</p>			<p>Sujeito a alterações (por itens da mesma categoria) de acordo com a disponibilidade dos ingredientes</p>			