

Cardápio USINA MAIO 2024

Semanas 1, 3 e 5					Semanas 2 e 4				
SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SEG	TER	QUA	QUI	SEX
13, 27	14, 28	15, 29	2, 16	3, 17	6, 20	7, 21	8, 22	9, 23	10, 24
Arroz integral	Arroz integral	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco
Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão preto	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão preto
Picadinho de carne com legumes	Carne louca ou banana louca	Lombo suíno assado	Hamburguinho de aveia e legumes	Dia 3 - Frango grelhado Dia 17 - Stroganoff de frango	Bolonhesa	Peixe assado com ervas	Bifinho em tiras	Frango refogado com ervas	Feijoada com carnes
Repolho roxo refogado	Chuchu refogado com alho-poró	Escarola refogada com tomate	Brócolis refogado	Cenoura ao azeite e cebolinha	Cenoura e beterraba refogadas	Abobrinha refogada com tomate	Lasanha de legumes ao molho bêchamel gratinada	Abóbora cabotiá assada com ervas	Couve refogada
Polenta mole	Milho verde cozido	Purê de batatas (sem LEITE)	Macarrão ao basilico (tomate, azeite & manjericão)	Batatas rústicas com ervas	Macarrão	Batata doce assada com ervas		Canjiquinha	Farofa de cebola e talos
Tabule com pepino, tomate & cebola	Palitos de cenoura & pepino	Sunomono & tomates	Vinagrete com grão de bico (tomate e cebola roxa)	Rodelas de pepino e tomate	Alface & pepino com azeite & sal	Vagem com pimentões coloridos & cebola	Salada de alface & tomate	Alface & tomate com molho de limão	Salada de agrião com manga e tomate cereja
Salada de fruta	Melancia	Canjica com leite de coco	Melão	Bolo de aveia com frutas	Uva com melão	Banana com granola	Doce de melancia ou maçã	Bolo de chocolate	Laranja com ou sem canela
Suco de morango	Suco de laranja com limão	Suco de goiaba	Chá de casca de abacaxi	Suco de uva	Suco de tangerina	Suco de manga	Suco de acerola	Suco de melancia com gengibre	Suco de abacaxi com hortelã
<p>Todos os itens são servidos separadamente no prato, exceto se houver aviso de restrição via cadastro da Dominga Cozinha ou por e-mail dominganausina@gmail.com</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>		