

CARDÁPIO USINA ABRIL 2025

Semana 1, 3 e 5					Semana 2 e 4				
SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SEG	TER	QUA	QUI	SEX
31/3 14 e 28/2	1, 15 e 29	2, 16 e 30	3 e 17	4	7	8 e 22	9 e 23	10 e 24	11 e 25
Arroz branco	Arroz colorido com cenoura	Arroz branco	Arroz integral	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz integral	Arroz branco	Arroz colorido com brócolis
Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão preto	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão preto	Feijão carioca
Bolonhesa	Filézinho de frango	Carne suína desfiada ao molho de tomate	Bifinho de panela	Peixe assado com pimentões	Strogonoffe de frango	Carne moída com mandioquinha	Sobrecoxa de frango assada com batata	Picadinho de carne com cenoura	Escondidinho de carne moída com purê de batata e mandioquinha
Abobrinha refogada	Repolho roxo refogado	Couve manteiga refogada	Repolho e acelga refogado	Brócolis refogado	Cenoura cozida	Chuchu refogado	Beterraba cozida	Couve flor salteada	
31/3 e 13/4 - Macarrão alho e óleo 28/2 - Macarrão ao molho de tomate e beterraba	Mix de batata assada	Creme de espinafre	Abóbora meia lua assada no vapor	Purê de batata	Batata palito assada	Milho na manteiga	Macarrão ao sugo	Farofa de casca de melão	Cenoura no vapor
Alface com tomate	Beterraba e cenoura ralada	Salada de agrião e rúcula	Vinagrete de grão de bico	Tabule com pepino, tomate & cebola	Salada vinagrete	Sunomono	Salada de alface americana	Tomate em canoa com salsinha	Salada de rúcula com manga
Salada de frutas verdes	Melancia	Banana com granola	Bolo de laranja	Laranja com ou sem canela	Abacaxi com hortelã	Geladinho de frutas refrescantes	Melão	Bolo de fubá com caldinha de gaiabada	Salada de frutas
Suco de abacaxi com hortelã	Suco de manga	Chá de capim santo com maracujá	Suco de acerola	Suco de goaiba	Suco de uva	Suco de acerola	Suco de morango com hortelã	Suco de laranja com acerola	Chá de capim santo com maracujá
<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>		