

QUIBE E COXINHA ASSADOS

Uma novidade na cantina A&C Nutrição está fazendo maior sucesso entre os alunos! Aliás uma não, duas. São os novos salgados de forno: quibe e coxinha. Sempre queridinhos pelos alunos, esses salgados são tradicionalmente fritos, e por isso não faziam parte do nosso cardápio.

No mês de setembro, após visita técnica pela nutricionista, credenciamos um fornecedor já tradicional desses salgados, que desenvolveu uma versão assada. O método de preparo dos alimentos é muito importante, e devemos sempre preferir assados, grelhados ou cozidos, que são mais saudáveis do que fritos. Apesar de um pouco diferente na aparência da frita, a coxinha de forno é muito gostosa, e foi aprovada pelos alunos.

A cantina A&C Nutrição sempre inclui novidades no cardápio, buscando diversificar os alimentos servidos, seguindo na direção de uma alimentação saudável. Isso motiva os alunos, e desperta neles interesse em uma maior variedade no que comem. Na fase da infância e adolescência é muito comum a monotonia alimentar e aversão em experimentar. Receitas adaptadas ajudam a vencer essa barreira e incluir alimentos preparados de uma forma mais saudável no dia a dia alimentar dos alunos.

Venha conferir e experimentar essas novidades! Disponíveis nas cantinas A&C Nutrição das quatro sedes.

