CARDÁPIO

SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL | BELO HORIZONTE PREFEITURA

ASSISTÊNCIA ALIMENTAR – UNIDADES DE ACOLHIMENTO INSTITUCIONAL - 18 a 59 anos - Adultos 1

CARDÁPIO MÊS: NOVEMBRO / 2026

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO	DOMINGO
DATA							**01/11/26**
CAFÉ DA MANHÃ							Café com leite Bolo fim de tarde
COLAÇÃO							Banana
ALMOÇO							Coxa e sobrecoxa assada Batata frita Beterraba e abobrinha cozida com pimentão Salada de **ALFACE** Arroz simples Feijão simples
REFEIÇÃO DA TARDE							Salada de frutas com banana e mamão
JANTAR							Iscas de filé de frango com cebola Macarrão com molho de tomate Mix de repolho ralados Arroz simples Feijão simples
CEIA							Creme com calda de maçã caramelada

Observações:
***Cardápio sujeito a alterações.**
**** Gêneros em letra maiúscula são adquiridos pela unidade.**

Izabel Cristina Corrêa Barcelos
Nutricionista
CRN - 5970

CARDÁPIO

SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL | BELO HORIZONTE PREFEITURA

ASSISTÊNCIA ALIMENTAR – UNIDADES DE ACOLHIMENTO INSTITUCIONAL - 18 a 59 anos - Adultos 2

CARDÁPIO MÊS: NOVEMBRO / 2026

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO	DOMINGO
DATA	**02/11/2026**	**03/11/2026**	**04/11/2026**	**05/11/2026**	**06/11/2026**	**07/11/2026**	**08/11/2026**
CAFÉ DA MANHÃ	Café com leite Bisnaguinha com **MANTEIGA**	Café com leite **PÃO DOCE** simples com **MANTEIGA**	Café com leite Biscoito cream cracker	Leite com achocolatado Bolo de laranja	Chá mate com limão Biscoito cream cracker	Café com leite Bolo fim de tarde	Café com leite Rosquinha de chocolate
COLAÇÃO	Abacate	Melancia	Laranja pera	Laranja pera	Banana nanica	Melão	Laranja pera
ALMOÇO	Cubos de filé de frango ensopados com pimentão Inhame ensopado Chuchu cozido Salada de tabule Arroz simples Feijão simples	Pernil Bifes Farofa de lentilha com pimentão Abobrinha refogada Mandioca cozida Salada de acelga Arroz simples Feijão Simples	Carne moída com molho de tomate e pimentão Mandioca e batata doce cozida Arroz simples Feijão simples	Omelete com **ESPINAFRE** Jardineira de legumes (batata, cenoura. chuchu e pimentão) Arroz simples Feijão simples	Pernil em cubos acebolados Almeirão e repolho refogados Batata doce sautée Arroz simples Feijão simples	Feijão Tropeiro com pernil cubos **COUVE** e chuchu refogadas Vinagrete(tomate, pimentão e cebola) Arroz simples	Coxa e sobrecoxa ensopadas com batata Angu Quiabo refogado Salada abobrinha cozida com tomate Arroz simples Feijão simples
REFEIÇÃO DA TARDE	Suco de manga **PÃO DOCE** simples com **MANTEIGA**	Arroz doce	Limonada suíça Bolo de laranja	Suco de melancia com limão Biscoito cream cracker	Café com leite Bolo fim de tarde	Suco de laranja Torta de sardinha	Salada de frutas banana e mamão
JANTAR	Cubos de filé de frango ensopados Inhame ensopado Salada de beterraba ralada Arroz simples Feijão simples	Cubos de pernil ensopados com batata doce e tomate Arroz simples Feijão simples	Carne Moída refogada Canjiquinha com tomate Chuchu refogado Arroz simples Feijão simples	Cubos de pernil refogados Inhame ensopadao Almeirão refogado Arroz simples Feijão simples	Omelete com **ESPINAFRE** Moranga refogada Salada de tomate Arroz simples Feijão batido	Pernil em cubos refogado Macarrão com molho branco Salada de abobrinha cozida Arroz simples Feijão simples	Galinhada com filé de frango Salada de **ALFACE** com tomate Feijão batido
CEIA	Leite Biscoito de maisena	Vitamina de mamão	Creme com calda de banana caramelada	Creme de chocolate	Laranja pera	Leite Rosquinha de coco	Leite com canela Biscoito cream cracker

Observações:
***Cardápio sujeito a alterações.**
**** Gêneros em letra maiúscula são adquiridos pela unidade.**

CARDÁPIO

SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL — BELO HORIZONTE PREFEITURA

ASSISTÊNCIA ALIMENTAR – UNIDADES DE ACOLHIMENTO INSTITUCIONAL - 18 a 59 anos - Adultos 3

CARDÁPIO MÊS: NOVEMBRO / 2026

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO	DOMINGO
DATA	**09/11/26**	**10/11/26**	**11/11/26**	**12/11/26**	**13/11/26**	**14/11/26**	**15/11/26**
CAFÉ DA MANHÃ	Café com leite Rosquinha de chocolate	Café com leite Rosca de cenoura	Café com leite Biscoito cream cracker com patê de ervas	Café com leite Sequilhos	Chá mate Biscoito cream cracker	Café com leite Broa de fubá	Café com leite **PÃO FRANCÊS** simples com **MANTEIGA**
COLAÇÃO	Banana	Banana nanica	Abacaxi	Melão	Laranja pera	Manga Tommy	Banana nanica
ALMOÇO	Carne moída com molho de tomate Salada de grão de bico com tomate e pimentão Arroz simples Feijão Simples	Carne cozida com chuchu (carne bovina) Inhame ensopado **COUVE** refogada Arroz simples Feijão simples	Lombo Moranga refogada com pimentão Salada de abobrinha com tomate Arroz simples Feijão simples	Ovos cozidos com molho de tomate Purê de batata Salada de almeirão com manga e pimentão Arroz simples Feijão Preto	Cubos de filé de frango ensopados Mandioca e abobrinha sautée e pimentão Arroz com lentilha Feijão simples	Lasanha à bolonhesa Mandioca cozida Salada de abobrinha e tomate Arroz simples Feijão simples	Coxa e sobrecoxa assada Batata doce cozida Salada de **ALFACE** e tomate Chuchu refogados Arroz com cenoura Feijão simples
REFEIÇÃO DA TARDE	Leite Rosca de cenoura	Suco de manga Biscoito de polvilho	Limonada Sequilhos	Arroz doce	Café com leite Broa de fubá	Salada de frutas com banana e laranja	Suco de abacaxi Torta de legumes com repolho e batata
JANTAR	Carne moída com repolho refogada Salada de cenoura e vagem cozidos Arroz simples Feijão Simples	Carne de panela (carne bovina) Moranga cozida Chuchu refogado Arroz simples Feijão simples	Cubos de filé de frango com molho de tomate Purê de batata doce Arroz simples Feijão simples	Pernil bifes refogados Abobrinha refogada Acelga refogada Arroz simples Feijão simples	Omelete Inhame ensopado Salada de tomate Arroz simples Feijão simples	Cubos de pernil refogados Mandioca ensopada Salada de beterraba cozida Arroz simples Feijão simples	Carne moída com molho de tomate) Mix de repolhos refogados Arroz simples Feijão simples
CEIA	Leite Mamão	Creme de chocolate	Banana nanica	Mingau de fubá com aveia	Mingau de amido Banana prata	Leite Rosquinha de coco	Creme com calda de maçã caramelada

Observações:
***Cardápio sujeito a alterações.**
**** Gêneros em letra maiúscula são adquiridos pela unidade.**

Izabel Cristina Corrêa Barcelos
Nutricionista
CRN - 5970

CARDÁPIO

SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL | BELO HORIZONTE PREFEITURA

ASSISTÊNCIA ALIMENTAR – UNIDADES DE ACOLHIMENTO INSTITUCIONAL - 18 a 59 anos - Adultos 4

CARDÁPIO MÊS: NOVEMBRO / 2026

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO	DOMINGO
DATA	**16/11/26**	**17/11/26**	**18/11/26**	**19/11/26**	**20/11/26**	**21/11/26**	**22/11/26**
CAFÉ DA MANHÃ	Café com leite Biscoito cream cracker	Café com leite Bolo de banana	Café com leite Biscoito cream cracker	Café com leite Bolo de maçã com aveia	Café com leite Biscoito rosquinha de chocolate	Café com leite Bolo de cenoura	Chá mate com limão **PÃO FRANCÊS** com ovos mexidos
COLAÇÃO	Maçã	Banana prata	Laranja	Banana Prata	Melão	Laranja	Banana nanica
ALMOÇO	Lasanha de frango Batata assada Salada de **ALFACE** e tomate Chuchu refogados Arroz simples Feijão simples	Carne de panela (paleta bovina) Inhame ensopado Repolho refogado com tomate e pimentão Arroz simples Feijão simples	Cubos de pernil refogados Farofa de cenoura com pimentão **COUVE** refogada Arroz simples Feijão preto	Omelete Guisado de chuchu com moranga e pimentão Acelga com laranja Arroz simples Feijão simples	Purê de batata Abobrinha e almeirão refogados Almeirão refogado Arroz simples Feijão simples	Coxa e sobrecoxa assada Macarronese com macarrão integral Salada de tomate e pimentão Arroz simples Feijão simples	Costelinha assada ao molho barbecue Farofa de **COUVE** Abobrinha refogada Beterraba cozida Arroz simples Feijão simples
REFEIÇÃO DA TARDE	Café com leite Bolo de banana	Suco de manga com laranja Rosquinha de chocolate	Leite Bolo de maçã com aveia	Limonada suiça **PÃO DOCE** com **MANTEIGA**	Café com leite Bolo de cenoura	Suco de manga com limão Torta de sardinha	Salada de frutas com banana e mamão
JANTAR	Cubos de filé de frango ensopados Angu Jiló e chuchu refogados Arroz simples Feijão simples	Canjiquinha com carne em cubos (paleta bovina), batata e tomate Arroz simples Feijão simples	Cubos de filé de frango ensopados com cenoura e batata doce Arroz simples Feijão preto	Cubos de pernil refogados Salada de almeirão com tomate Arroz simples Feijão simples	Ovos cozidos com molho de tomate Espaguete ao alho e óleo Abobrinha cozida Arroz simples Feijão simples	Cubos de pernil ensopados Angu Repolho refogado Acelga refogada Arroz simples Feijão simples	Caldo de inhame com filé de frango e tomate Acelga refogada Arroz simples Feijão simples
CEIA	Vitamina de Banana Biscoito cream cracker	Creme de chocolate	Mingau de fubá com aveia Banana nanica	Chá de abacaxi com canela Biscoito de maisena	Creme com calda de maçã caramelada	Leite Biscoito rosquinha de coco	Mingau de aveia

Observações:
***Cardápio sujeito a alterações.**
**** Gêneros em letra maiúscula são adquiridos pela unidade.**

Izabel Cristina Corrêa Barcelos
Nutricionista
CRN - 5970

CARDÁPIO

SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL | BELO HORIZONTE PREFEITURA

ASSISTÊNCIA ALIMENTAR – UNIDADES DE ACOLHIMENTO INSTITUCIONAL - 18 a 59 anos - Adultos 1

CARDÁPIO MÊS: NOVEMBRO / 2026

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO	DOMINGO
DATA	**23/11/26**	**24/11/26**	**25/11/26**	**26/11/26**	**27/11/26**	**28/11/26**	**29/11/26**
CAFÉ DA MANHÃ	Café com leite Rosquinha de chocolate	Café com leite Rosca de moranga	Café com leite Biscoito cream cracker com patê de ervas	Café com leite Bolo de cenoura	Café com leite Bisnaguinha com **MANTEIGA**	Chá mate Broa de fubá	Café com leite Bolo fim de tarde
COLAÇÃO	Banana nanica	Laranja pera	Banana prata	Laranja pera	Melão	Banana nanica	Banana
ALMOÇO	Cubos de filé de frango ensopados Legumes gratinados ao molho branco (batata, chuchu, cenoura e pimentão) Arroz simples Feijão simples	Escondidinho de inhame e carne moída refogada Polenta com molho de tomate Salada de acelga Arroz simples Feijão batido	Cubos de pernil refogados Macarrão integral com molho de tomate com pimentão Batata doce sautée Arroz simples Feijão simples	Ovos rancheiros Purê de batata Salada de **COUVE** com manga Arroz simples Feijão simples	Lasanha à bolonhesa Chuchu com cenoura sautée Arroz simples Feijão simples	Carne de panela (paleta bovina) Repolhonese com cenoura e abacaxi Arroz simples Feijão simples	Coxa e sobrecoxa assada Batata frita Beterraba e abobrinha cozida com pimentão Salada de **ALFACE** Arroz simples Feijão simples
REFEIÇÃO DA TARDE	Frapê de manga **PÃO FRANCÊS** com **MANTEIGA**	Arroz doce	Café com leite Bolo de cenoura	Leite com canela Biscoito de polvilho	Limonada Broa de fubá	Café com leite Bolo fim de tarde	Salada de frutas com banana e mamão
JANTAR	Cubos de filé de frango ensopado com batata e cenoura Arroz simples Feijão simples	Carne moída refogada Batata doce assada **COUVE** refogada Arroz simples Feijão simples	Pernil em cubos refogados Salada de chuchu Arroz simples Feijão simples	Carne moída refogada Abobrinha refogada Salada de vagem com tomate Arroz simples Tutu de feijão	Omelete assado Mandioca cozida Salada de cenoura cozida Arroz simples Feijão simples	Carne de panela (paleta bovina) Batata ensopada Salada de cenoura cozida Arroz simples Feijão simples	Iscas de filé de frango com cebola Macarrão com molho de tomate Mix de repolho ralados Arroz simples Feijão simples
CEIA	Creme de chocolate	Chá de laranja Biscoito maisena	Leite com canela Rosquinha de coco	Leite Banana prata	Vitamina de banana com aveia	Mingau de fubá com aveia	Creme com calda de maçã caramelada

Observações:
***Cardápio sujeito a alterações.**
**** Gêneros em letra maiúscula são adquiridos pela unidade.**

Izabel Cristina Corrêa Barcelos
Nutricionista
CRN - 5970

CARDÁPIO

SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL | BELO HORIZONTE PREFEITURA

ASSISTÊNCIA ALIMENTAR – UNIDADES DE ACOLHIMENTO INSTITUCIONAL - 18 a 59 anos - Adultos 2

CARDÁPIO MÊS: NOVEMBRO / 2026

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO	DOMINGO
DATA	**30/11/2026**						
CAFÉ DA MANHÃ	Café com leite Bisnaguinha com **MANTEIGA**						
COLAÇÃO	Abacate						
ALMOÇO	Cubos de filé de frango ensopados com pimentão Inhame ensopado Chuchu cozido Salada de tabule Arroz simples Feijão simples						
REFEIÇÃO DA TARDE	Suco de manga **PÃO DOCE** simples com **MANTEIGA**						
JANTAR	Cubos de filé de frango ensopados Inhame ensopado Salada de beterraba ralada Arroz simples Feijão simples						
CEIA	Leite Biscoito de maisena						

Observações:
***Cardápio sujeito a alterações.**
**** Gêneros em letra maiúscula são adquiridos pela unidade.**

Izabel Cristina Corrêa Barcelos
Nutricionista
CRN - 5970