

SEGURANÇA ALIMENTAR
E NUTRICIONAL

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

CARDÁPIO MÊS: OUTUBRO / 2026

REFEIÇÃO DATA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA 01/10/26	SEXTA-FEIRA 02/10/26	SÁBADO 03/10/26	DOMINGO 04/10/26
CAFÉ DA MANHÃ				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				Laranja pera	Maçã	Banana nanica	Laranja pera
ALMOÇO				Ovos rancheiros Purê de batata Salada de COUVE com manga Arroz simples Feijão simples	Lasanha à bolonhesa Salada de tomate com cenoura ralada Arroz simples Feijão simples	Carne de panela com repolho (paleta bovina) Mandioca cozida Salada de abobrinha Arroz simples Feijão simples	Coxa e sobrecoxa assada Batata frita Beterraba cozida Salada de ALFACE Arroz simples Feijão simples
REFEIÇÃO DA TARDE				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				Carne moída refogada Abobrinha refogada Salada de vagem com tomate Arroz simples Tutu de feijão	Omelete assado Mandioca cozida Salada de ALFACE com tomate Arroz simples Feijão simples	Carne de panela (paleta bovina) Batata ensopada Salada de cenoura cozida Arroz simples Feijão simples	Isclas de filé de frango com cebola e pimentão Macarrão com molho de tomate Mix de repolho ralados Arroz simples Feijão simples
CEIA				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

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

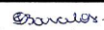
CARDÁPIO MÊS: OUTUBRO / 2026

REFEIÇÃO DATA	SEGUNDA-FEIRA 05/10/2026	TERÇA-FEIRA 06/10/2026	QUARTA-FEIRA 07/10/2026	QUINTA-FEIRA 08/10/2026	SEXTA-FEIRA 09/10/2026	SÁBADO 10/10/2026	DOMINGO 11/10/2026
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	Melão	Banana nanica	Melão	Laranja pera
ALMOÇO	Cubos de filé de frango ensopados Inhame ensopado Salada de tabule Arroz simples Feijão simples	Lombo de panela Farofa de lentilha Abobrinha refogada Salada de acelga Arroz simples Feijão Simples	Carne moída com molho de tomate Mandioca cozida Arroz simples Feijão simples	Omelete com ESPINAFRE Jardineira de legumes (batata, cenoura e chuchu) Arroz simples Feijão simples	Pernil em cubos acebolados Almeirão refogados Cenoura sauté Arroz simples Feijão simples	Feijão Tropeiro com pernil cubos COUVE refogada Vinagrete(tomate, pimentão e cebola) Arroz simples	Coxa e sobrecoxa ensopadas 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 Mandioca assada 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 cenoura cozida Arroz simples Feijão simples	Galinhada com filé de frango Moranga refogada 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.


 Izabel Cristina Corrêa Barcelos
 Nutricionista
 CRN - 5970



SEGURANÇA ALIMENTAR
E NUTRICIONAL



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

CARDÁPIO MÊS: OUTUBRO / 2026

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO	DOMINGO
DATA	12/10/26	13/10/26	14/10/26	15/10/26	16/10/26	17/10/26	18/10/26
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 Sequinhos	Chá mate Biscoito cream cracker	Café com leite Broa de fubá	Café com leite PÃO FRANCÊS simples com MANTEIGA
COLAÇÃO	Melancia	Banana nanica	Abacaxi	Melão	Laranja pera	Manga Tommy	Banana nanica
ALMOÇO	Carne moída com molho de tomate Abobrinha refogada Salada de grão de bico com tomate Arroz simples Feijão Simples	Carne cozida com chuchu (lagarto bovino) Inhame ensopado COUVE refogada Arroz simples Feijão simples	Bife de pernil acebolado Purê de mandioca Salada de cenoura ralada Arroz simples Feijão simples	Ovos cozidos com molho de tomate Purê de batata Salada de almeirão com manga Arroz simples Feijão Preto	Cubos de filé de frango ensopados Batata e cenoura sauté Arroz com lentilha Feijão simples	Lasanha à bolonhesa Salada de abobrinha e tomate Arroz simples Feijão simples	Coxa e sobrecoxa assada Batata doce cozida Salada de ALFACE com tomate Arroz com cenoura Feijão simples
REFEIÇÃO DA TARDE	Leite Rosca de cenoura	Suco de manga Biscoito de polvilho	Limonada Sequinhos	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 refogada Salada de cenoura e vagem cozidos Arroz simples Feijão Simples	Carne de panela (lagarto bovino) Moranga cozida Chuchu refogado Arroz simples Feijão simples	Cubos de filé de frango com molho de tomate Mandioca cozida Arroz simples Feijão simples	Pernil bifés refogados Moranga refogada Acelga refogada Arroz simples Feijão simples	Omelete Inhame ensopado Salada de tomate Arroz simples Feijão simples	Cubos de pernil refogados Batata ensopada Salada de beterraba cozida Arroz simples Feijão simples	Carne moída ao molho de tomate Mix de repolhos refogados Cenoura cozida 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

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

CARDÁPIO MÊS: OUTUBRO / 2026

REFEIÇÃO DATA	SEGUNDA-FEIRA 19/10/26	TERÇA-FEIRA 20/10/26	QUARTA-FEIRA 21/10/26	QUINTA-FEIRA 22/10/26	SEXTA-FEIRA 23/10/26	SÁBADO 24/10/26	DOMINGO 25/10/26
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	Melancia	Melão	Laranja	Banana nanica
ALMOÇO	Estrogonofe de frango Batata assada Salada de ALFACE com tomate Arroz simples Feijão simples	Carne de panela (paleta bovina) Inhame ensopado Repolho refogado com tomate Arroz simples Feijão simples	Cubos de pernil refogados Farofa de cenoura COUVE refogada Arroz simples Feijão preto	Omelete Guisado de chuchu com moranga Acelga com laranja Arroz simples Feijão simples	Tilápia assada Purê de batata Almeirão refogado Arroz simples Feijão simples	Coxa e sobrecoxa assada Macarroneze com macarrão integral Salada de tomate Arroz simples Feijão simples	Costelinha assada ao molho barbecue Farofa de COUVE 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 suíça 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 refogado Cenoura cozida 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 Moranga acebolada Salada de almeirão com tomate Arroz simples Feijão simples	Ovos cozidos com molho de tomate Espaguete ao alho e óleo Cenoura cozida Arroz simples Feijão simples	Cubos de pernil ensopados Angu Chuchu refogado Acelga refogada Arroz simples Feijão simples	Caldo de mandioca 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

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

CARDÁPIO MÊS: OUTUBRO / 2026

REFEIÇÃO DATA	SEGUNDA-FEIRA 26/10/26	TERÇA-FEIRA 27/10/26	QUARTA-FEIRA 28/10/26	QUINTA-FEIRA 29/10/26	SEXTA-FEIRA 30/10/26	SÁBADO 31/10/26	DOMINGO
CAFÉ DA MANHÃ	Café com leite Rosquinha de chocolate	Café com leite PÃO FRANCÊS com MANTEIGA	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	
COLAÇÃO	Banana nanica	Melancia	Banana prata	Laranja pera	Melão	Banana nanica	
ALMOÇO	Cubos de filé de frango ensopados Legumes gratinados ao molho branco (batata, chuchu e cenoura) Arroz simples Feijão simples	Carne moída refogada Polenta com molho de tomate Cenoura cozida Salada de acelga Arroz simples Feijão batido	Cubos de pernil refogados Macarrão integral com molho de tomate Chuchu refogado Salada de cenoura cozida Arroz simples Feijão simples	Ovos rancheiros Purê de batata Salada de COUVE com manga Arroz simples Feijão simples	Lasanha à bolonhesa Chuchu com cenoura sauté Arroz simples Feijão simples	Carne de panela (paleta bovina) Repolhonese com cenoura e abacaxi 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	
JANTAR	Cubos de filé de frango ensopado com batata e cenoura Abobrinha refogada Arroz simples Feijão simples	Carne moída refogada Moranga refogada COUVE refogada Arroz simples Feijão simples	Pernil em cubos refogados Inhame cozido 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	
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	

Observações:

*Cardápio sujeito a alterações.

** Gêneros em letra maiúscula são adquiridos pela unidade.