

**ASSISTÊNCIA ALIMENTAR – UNIDADES DE ACOLHIMENTO INSTITUCIONAL (ADOLESCENTES / ADULTOS)**
**CARDÁPIO MÊS: JUNHO/ 2020**

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
DATA	01/06/20	02/06/20	03/06/20	04/06/20	05/06/20	06/06/20	07/06/20
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	Café e/ou leite Bolo de moranga	Café e/ou leite Biscoito maisena	Café e/ou leite Bolo simples	Café e/ou leite Rosquinha de coco	Café e/ou leite Bolo fim de tarde	Café e/ou leite Biscoito cream cracker integral	Café e/ou leite Bolo de limão
<b>COLAÇÃO</b>	Melancia	Mamão	Banana prata	Melancia	Laranja pera	Banana nanica	Laranja pera
<b>ALMOÇO</b>	Cubos de filé de frango refogados Farofa dourada Cenoura sauté Salada de acelga Arroz simples Feijão simples	Cubos de filé de frango grelhados Moranga acebolada Salada de repolho com tomate Arroz simples Tutu de feijão	Ovos mexidos com cenoura Batata corada Arroz simples Feijão simples	Carne ao molho ferrugem Inhame ensopado Beterraba ralada Arroz simples Feijão simples	Isclas de pernil ao molho de tomate Polenta Cenoura e vagem refogadas Arroz simples Feijão simples	Carne de panela com inhame Moranga refogada Salada de acelga Arroz simples Feijão preto	Coxa e sobrecoxa assada Macarrão parafuso ao alho e óleo Salada de tomate, milho e vagem Arroz simples Feijão simples
<b>REFEIÇÃO DA TARDE</b>	Leite Bolo de moranga	Banana prata	Café e/ou leite Bolo simples	Canjica com amendoim, coco e canela	Café e/ou leite Bolo fim de tarde	Café e/ou leite Sequinhos	Café e/ou leite Bolo de limão
<b>JANTAR</b>	Estrogonofe à Vidigal (frango desfiado, milho e leite) Batata corada Salada de tomate Arroz simples Feijão simples	Ovos cozidos ao molho de tomate Jardineira legumes (batata, cenoura e chuchu) Arroz simples Feijão simples	Frango xadrez (cebola, cenoura e repolho) Macarrão ao molho de tomate Salada de acelga Arroz simples Feijão simples	Escondidinho de batata doce com carne cozida e desfiada ao molho Abobrinha refogada Arroz simples Feijão simples	Isclas de pernil grelhadas Farofa dourada com aveia Salada de tomate e beterraba cozida Arroz simples Feijão simples Melancia	Carne cozida e desfiada ao molho Batata assada Salada de repolho e cenoura Arroz simples Feijão simples Laranja pera	Isclas de filé de frango aceboladas Batata doce assada Salada de acelga e cenoura cozida Arroz simples Feijão simples
<b>CEIA</b>	Vitamina rosê (banana nanica, cenoura, beterraba e aveia)	Leite Rosquinha de chocolate	Frapê de maracujá Biscoito cream cracker	Salada de frutas (banana, laranja e mamão)	Mingau de aveia	Leite com chocolate Rosquinha de coco	Creme de banana nanica

**Observações:**

\*Cardápio sujeito a alterações.

\*A fruta da colação pode ser usada como sobremesa do almoço.

**ASSISTÊNCIA ALIMENTAR – UNIDADES DE ACOLHIMENTO INSTITUCIONAL (ADOLESCENTES / ADULTOS)**
**CARDÁPIO MÊS: JUNHO / 2020**

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
DATA	08/06/20	09/06/20	10/06/20	11/06/20	12/06/20	13/06/20	14/06/20
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	Café e/ou leite Biscoito de maisena	Café e/ou leite Biscoito cream cracker	Café e/ou leite Rosquinha coco	Café e/ou leite Bolo de cenoura	Café e/ou leite Biscoito maisena	Café e/ou leite Bolo de fubá com laranja	Café e/ou leite Rosquinha de chocolate
<b>COLAÇÃO</b>	Mamão	Laranja pera	Banana prata	Abacaxi	Tangerina	Banana nanica	Laranja pera
<b>ALMOÇO</b>	Linguiça assada Salada de cenoura ralada Arroz simples Feijão tropeiro (feijão, farinha, ovo e almeirão)	Carne cozida Farofa dourada com aveia Salada de repolho e beterraba ralada Arroz simples Feijão preto	Ovos cozidos ao molho de tomate Cenoura sauté Salada de acelga Arroz simples Tutu de feijão	Isclas de pernil aceboladas Virado de abobrinha (farinha de milho e ovos) Salada de tomate Arroz simples Feijão batido	Estrogonofe de filé de frango Batata corada Salada de cenoura ralada Arroz simples Feijão simples	Carne cozida com batata doce Salada de tomate Arroz simples Feijão simples	Frango assado (coxa e sobrecoxa) Maionese de legumes (batata, chuchu e cenoura) Arroz simples Feijão simples
<b>REFEIÇÃO DA TARDE</b>	Suco de laranja Torta de sardinha (cenoura, milho e tomate)	Suco de limão Rosquinha de chocolate	Leite Biscoito de polvilho	Café e/ou leite Bolo de cenoura	Melancia	Café e/ou leite Bolo de fubá com laranja	Café e/ou leite Sequilhos
<b>JANTAR</b>	Cubos de filé de frango refogado Virado de abobrinha (farinha de milho e ovos) Salada de tomate Arroz simples Feijão simples	Carne de panela Inhame ensopado Salada de moranga Arroz simples Feijão simples	Isclas de filé de frango ao molho Polenta Chuchu refogado Salada de tomate Arroz simples Feijão simples	Isclas de pernil grelhadas Purê de batata Salada de repolho Arroz simples Feijão simples	Ovos mexidos com orégano Macarrão ao molho de tomate Guisado de moranga com chuchu Arroz simples Feijão simples	Carne de panela Inhame ensopado Salada de beterraba ralada Arroz simples Feijão simples Tangerina	Isclas de filé de frango ensopadas Polenta Abobrinha refogada Salada de tomate com orégano Arroz simples Feijão simples Laranja pera
<b>CEIA</b>	Leite Rosquinha de chocolate	Mingau de fubá	Vitamina de abacate Biscoito cream cracker	Laranja pera	Leite Rosquinha de coco	Creme de chocolate	Vitamina de banana nanica e mamão com aveia

**Observações:**

\*Cardápio sujeito a alterações.

\*A fruta da colação pode ser usada como sobremesa do almoço.

**ASSISTÊNCIA ALIMENTAR – UNIDADES DE ACOLHIMENTO INSTITUCIONAL (ADOLESCENTES / ADULTOS)**
**CARDÁPIO MÊS: JUNHO / 2020**

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
DATA	15/06/20	16/06/20	17/06/20	18/06/20	19/06/20	20/06/20	21/06/20
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	Café e/ou leite Bolo chocolate com aveia	Café e/ou leite Rosquinha de chocolate	Café e/ou leite Bolo simples	Café e/ou leite Biscoito cream craker	Café e/ou leite Broa de fubá com canela	Café e/ou leite Biscoito cream cracker integral	Café e/ou leite Bolo mesclado
<b>COLAÇÃO</b>	Melancia	Mamão	Banana prata	Laranja pera	Melancia	Banana nanica	Laranja pera
<b>ALMOÇO</b>	Cubos de filé de frango ao molho Macarrão ao alho e óleo Salada de acelga Arroz simples Feijão simples	Sardinha com batata e ervilha Acelga refogada Salada de cenoura cozida Arroz simples Feijão simples	Iscas de pernil grelhadas Farofa com aveia (cenoura ralada e ovos) Salada de repolho Arroz simples Feijão simples	Escondidinho de batata com filé de frango Salada de tomate Arroz simples Feijão simples	Omelete Macarronada Moranga refogada Salada de acelga Arroz simples Feijão simples	Carne cozida ao molho Inhame ensopado Almeirão refogado Salada de cenoura ralada Arroz simples Feijão simples	Frango (coxa e sobrecoxa) ao molho Polenta Chuchu ensopado Salada de tomate Arroz simples Feijão simples
<b>REFEIÇÃO DA TARDE</b>	Café e/ou leite Bolo chocolate com aveia	Café e/ou leite Biscoito cream cracker	Café e/ou leite Bolo simples	Salada de frutas (maçã, mamão e laranja pera)	Café e/ou leite Broa de fubá com canela	Canjica com amendoim e coco	Café e/ou leite Bolo mesclado
<b>JANTAR</b>	Linguiça corada Canjiquinha Cenoura e chuchu refogados Arroz simples Feijão simples	Carne cozida com inhame Moranga acebolada Arroz simples Feijão simples	Iscas de pernil refogadas Virado de abobrinha (farinha de milho e ovos) Salada de acelga e tomate Arroz simples Feijão preto Tangerina	Ovos mexidos com vagem Salada de cenoura e beterraba cozidas Arroz simples Tutu de feijão	Cubos de filé de frango refogados Polenta Salada de chuchu e tomate Arroz simples Feijão simples Laranja pera	Carne de panela Batata doce assada Moranga ensopada Arroz simples Feijão simples	Iscas de filé de frango ao molho de tomate Batata corada Salada de beterraba cozida Arroz simples Feijão simples
<b>CEIA</b>	Leite com chocolate Biscoito maisena	Creme de banana nanica	Leite com chocolate Biscoito de maisena	Mingau de aveia	Leite Rosquinha de coco	Frapê de maracujá Biscoito cream cracker	Mamão

**Observações:**

\*Cardápio sujeito a alterações.

\*A fruta da colação pode ser usada como sobremesa do almoço.

**ASSISTÊNCIA ALIMENTAR – UNIDADES DE ACOLHIMENTO INSTITUCIONAL (ADOLESCENTES / ADULTOS)**
**CARDÁPIO MÊS: JUNHO/ 2020**

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
DATA	22/06/20	23/06/20	24/06/20	25/06/20	26/06/20	27/06/20	28/06/20
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	Café e/ou leite Rosquinha de coco	Café e/ou leite Biscoito cream cracker	Café e/ou leite Rosquinha de coco	Café e/ou leite Bolo de banana nanica	Café e/ou leite Biscoito maisena	Café e/ou leite Bolo de chocolate com aveia	Café e/ou leite Biscoito cream craker integral
<b>COLAÇÃO</b>	Melancia	Mamão	Banana prata	Abacaxi	Melancia	Laranja pera	Banana nanica
<b>ALMOÇO</b>	Linguiça corada Farofa dourada com aveia Abobrinha refogada Salada de repolho Arroz simples Feijão simples	Iscas de pernil grelhadas Canjiquinha Moranga ensopada Salada de vagem Arroz simples Feijão preto	Carne ensopada Batata doce corada Salada de tomate Arroz simples Feijão simples	Ovos cozidos Macarronada Salada de beterraba ralada Arroz simples Feijão simples	Iscas de filé de frango grelhadas Farofa de cenoura com aveia Chuchu refogado Arroz simples Feijão simples	Carne cozida com moranga Inhame ensopado Arroz simples Feijão simples	Frango assado (coxa e sobrecoxa) Tabule com tomate Almeirão refogado Arroz simples Feijão simples
<b>REFEIÇÃO DA TARDE</b>	Suco de limão Torta de legumes (cenoura, vagem)	Leite Biscoito polvilho	Leite Biscoito de maisena	Leite Bolo de banana nanica	Tangerina	Leite Bolo chocolate com aveia	Suco de abacaxi Biscoito de maisena
<b>JANTAR</b>	Cubos de filé de frango acebolados Macarrão ao alho e óleo Salada de cenoura e chuchu Arroz simples Feijão simples	Ovos mexidos Farofa dourada Salada de tomate e beterraba ralada Arroz simples Feijão simples Laranja pera	Carne de panela Virado de abobrinha (farinha de milho e ovos) Salada de cenoura ralada Arroz simples Feijão simples	Iscas de pernil refogadas Polenta Salada de acelga com tomate Arroz simples Feijão simples Laranja	Cubos de filé de frango ao molho de tomate Inhame ensopado Repolho refogado com cenoura Arroz simples Feijão simples	Carne bovina ao molho Torta de repolho Salada de tomate e abobrinha Arroz simples Feijão simples	Linguiça corada Maionese de batata, cenoura e chuchu Arroz simples Feijão simples
<b>CEIA</b>	Leite Biscoito cream cracker	Mingau de fubá	Vitamina de abacate Biscoito cream cracker	Creme de chocolate	Leite Rosquinha de chocolate	Banana nanica	Leite Rosquinha de coco

**Observações:**

\*Cardápio sujeito a alterações.

\*A fruta da colação pode ser usada como sobremesa do almoço.

**ASSISTÊNCIA ALIMENTAR – UNIDADES DE ACOLHIMENTO INSTITUCIONAL (ADOLESCENTES / ADULTOS)**
**CARDÁPIO MÊS: JUNHO/ 2020**

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
DATA	29/06/20	30/06/20	01/07/20	02/07/20	03/07/20	04/07/20	05/07/20
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	Café e/ou leite Bolo de moranga	Café e/ou leite Biscoito maisena	Café e/ou leite Bolo simples	Café e/ou leite Rosquinha de coco	Café e/ou leite Bolo fim de tarde	Café e/ou leite Biscoito cream cracker integral	Café e/ou leite Bolo de limão
<b>COLAÇÃO</b>	Melancia	Mamão	Banana prata	Melancia	Laranja pera	Banana nanica	Laranja pera
<b>ALMOÇO</b>	Cubos de filé de frango refogados Farofa dourada Cenoura sauté Salada de acelga Arroz simples Feijão simples	Cubos de filé de frango grelhados Moranga acebolada Salada de repolho com tomate Arroz simples Tutu de feijão	Ovos mexidos com cenoura Batata corada Arroz simples Feijão simples	Carne ao molho ferrugem Inhame ensopado Beterraba ralada Arroz simples Feijão simples	Isclas de pernil ao molho de tomate Polenta Cenoura e vagem refogadas Arroz simples Feijão simples	Carne de panela com inhame Moranga refogada Salada de acelga Arroz simples Feijão preto	Coxa e sobrecoxa assada Macarrão parafuso ao alho e óleo Salada de tomate, milho e vagem Arroz simples Feijão simples
<b>REFEIÇÃO DA TARDE</b>	Leite Bolo de moranga	Banana prata	Café e/ou leite Bolo simples	Canjica com amendoim, coco e canela	Café e/ou leite Bolo fim de tarde	Café e/ou leite Sequilhos	Café e/ou leite Bolo de limão
<b>JANTAR</b>	Estrogonofe à Vidigal (frango desfiado, milho e leite) Batata corada Salada de tomate Arroz simples Feijão simples	Ovos cozidos ao molho de tomate Jardineira legumes (batata, cenoura e chuchu) Arroz simples Feijão simples	Frango xadrez (cebola, cenoura e repolho) Macarrão ao molho de tomate Salada de acelga Arroz simples Feijão simples	Escondidinho de batata doce com carne cozida e desfiada ao molho Abobrinha refogada Arroz simples Feijão simples	Isclas de pernil grelhadas Farofa dourada com aveia Salada de tomate e beterraba cozida Arroz simples Feijão simples Melancia	Carne cozida e desfiada ao molho Batata assada Salada de repolho e cenoura Arroz simples Feijão simples Laranja pera	Isclas de filé de frango aceboladas Batata doce assada Salada de acelga e cenoura cozida Arroz simples Feijão simples
<b>CEIA</b>	Vitamina rosê (banana nanica, cenoura, beterraba e aveia)	Leite Rosquinha de chocolate	Frapê de maracujá Biscoito cream cracker	Salada de frutas (banana, laranja e mamão)	Mingau de aveia	Leite com chocolate Rosquinha de coco	Creme de banana nanica

**Observações:**
**\*Cardápio sujeito a alterações.**
**\*A fruta da colação pode ser usada como sobremesa do almoço.**